いつもより丁寧にお口の手入れをしてみませんか
11月8日はいい歯の日

自己管理のほか、専門家の管理も上手に利用し、口の中を健康に保ちましょう。

【問合せ】健康推進課健康事業係（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3047・FAX（5273）3930へ。

●おいしく食べるには自分の歯で

しっかりかんでおいしく食べるには、上下にかみ合う20本の歯が必要といわれます。そのため国は、80歳になっても20本の歯を保つことを目指して「8020（はちまるにいまる）運動」を進めています。

また、区が実施している歯科健康診査の22年度の結果では、40歳を過ぎると歯が失われ始め、平均すると70歳までに約5本の歯が失われることが分かっています。

●歯周病は他の病気を引き起こす原因にもなります

歯を失う主な原因は、「虫歯」と「歯周病」です。歯周病菌は歯ぐきに炎症を起こしたり、歯を支える歯槽骨（あごの骨）を溶かすほか、糖尿病や心臓病、動脈硬化などを引き起こす可能性があることが分かってきました。成人の5人に4人は歯周病にかかっているといわれます。積極的な予防と治療を心掛けましょう。

●健康のために口腔ケアを

口の中を清潔に保つことで、虫歯や歯周病を予防できます。また、口の中の細菌を減らすことで、インフルエンザや誤えん性肺炎の予防にも効果があります。

歯磨きのほか、糸付きようじ・歯間ブラシ等の自己管理だけでは、全ての汚れを取ることはできません。医療機関で実施している、歯石除去・歯面清掃・歯磨き指導等を、定期的に利用しましょう。

区の歯科事業のご利用を

区内在住の方を対象に、歯の健康相談等をお受けしています。

★保健センターの事業

詳しくは、保健センター（**7面参照**）にお問い合わせください。

歯科衛生相談（1～2歳児）、義歯・矯正・ドライマウス専門相談、もぐもぐごっくん歯科相談（離乳期～就学前のお子さんの食べ方相談）、産婦歯科相談、歯周病予防相談

★区内指定歯科医療機関に委託

●歯科健康診査

【対象】30歳、40歳～50歳、55歳、60歳、70歳の方（寝たきりなどの方には、歯科医師が訪問します）

【費用】400円（健診を受けた医療機関で支払い）。70歳の方、生活保護を受けている世帯、住民税非課税世帯（受診前に非課税を確認するための同意書を区に提出）は無料

●歯と口の健康チェックとフッ化物歯面塗布（年2回）

【対象】平成17年4月2日～21年4月1日生まれのお子さん

●妊婦歯科健康診査

【対象】妊娠中の方（里帰り出産等の場合には、産後1年まで受診できます）

放射線量測定器を貸し出しています

区内で空間放射線量を測定する場合に、測定器（**写真**）を貸し出しています。11月から1台増やし、1日3台を貸し出しています。

貸し出しの予約（電話予約）は、申込日の翌月末の利用分まで受け付けます（土・日曜日、祝日を除く）。11月中の受け付けは、11月と12月利用分です。24年1月利用分の受け付けは、12月1日㈭からです。

予約できるのは1日のみです。複数日の予約はできません。測定器は、利用当日の午前8時30分以降にお渡しします。午後5時までに返却してください。

【貸出場所・問合せ】生活環境課公害対策係（本庁舎7階）☎（5273）3764へ。

江戸から続く伝統ブランド 染の王国 新宿 第5回

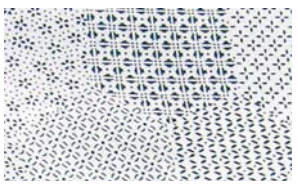
区の地場産業として受け継がれてきた染色業。今回は、型を使った技法で染める「東京染小紋」と「江戸更紗」を紹介します（協力／新宿区染色協議会）。

【問合せ】産業振興課産業振興係☎（3344）0701へ。

東京染小紋

江戸時代、東京の小紋染は、武士の正装であった裃（かみしも）から始まりました。背中の家紋だけでなく、小紋柄でどの藩の藩士か見分けるため、藩で決められたお留柄（定め小紋）が使われ、細かい柄が発達しました。これが町人にも広がり、野菜や昆虫など多様な柄が生まれました。

明治中期以降は、多色刷りで工夫を凝らした小紋が発達しました。3㎝四方に千個以上の柄を彫り出した型紙で染めた小紋もあり、東京で染められた小紋は「東京染小紋」と呼ばれ、昭和49年に経済産業大臣から伝統的工芸品に指定されています。


小紋は細かい柄が特徴

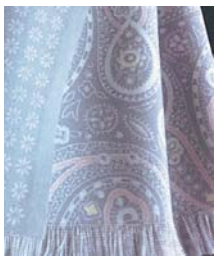
多色刷りの東京染小紋

江戸更紗

えんじ・藍・緑・黄・茶を使って染めた更紗は、3千年以上前にインドで生まれ、西はヨーロッパ、東は中国、タイ、インドネシアなどに伝えられました。日本には室町時代に伝わり、九州で天草更紗、鍋島更紗が生まれ、やがて全国に広がりました。

江戸中期に江戸で染められた更紗は、当時、染色に使用した神田川などの水が鉄分を含んでいたことから「侘（わび）・寂（さび）」を感じる渋みが出るのが特徴で、型紙を使って多彩な染料で染め上げる技術は、今も継承されています。柄によっては100枚以上の型紙を使うこともあり、豊かな経験に基づく職人の技術が必要とされ、「江戸更紗」は、昭和58年に東京都の伝統工芸品に指定されています。

異国情緒豊かな更紗


小紋と更紗柄の両面染めのスカーフ

更紗の着物（下側）と帯のコーディネート

セーフティーネット保証制度のご利用を

中小企業信用保険法第2条第4項第5号の認定（国の制度）

経済産業大臣が指定する全国的に業績が悪化している82業種の中小企業者を、区が認定します。認定を受けると、一般の保証枠とは別枠で、信用保証協会の保証が受けられます。詳しくは、お問い合わせください。

【対象】区内に本店（営業の本拠）があり、次のいずれかに当てはまる中小企業者

▼最近3か月間の平均売上高が前年同期比で5％以上減少している

▼製品等原価のうち20％以上を占める原油等の仕入価格が20％以上上昇しているにもかかわらず、製品等価格に転嫁していない

▼円高の影響で最近1か月の売上高が前年同期比で10％以上減少し、かつその後2か月を含む3か月間の売上高が前年同期比で10％以上減少することが見込まれる

【問合せ】産業振興課産業振興係（西新宿6－8－2、BIZ新宿4階）☎（3344）0702へ。

所定の申請書は同課で配布しています。新宿区ホームページからも取り出せます。

11月23日 お芝居で成年後見を知ろう
いまからできること 笑って納得 成年後見制度

成年後見制度は民法に基づき、認知症や知的障害・精神障害などで判断能力が十分でない方の権利を守る制度です。お笑い芸人のコント・芝居に弁護士の解説を交えて、成年後見制度を分かりやすく説明します。手話通訳があります。

【日時】11月23日㈷午後2時～4時（午後1時30分開場）

【会場】牛込簞笥区民ホール（簞笥町15）

【出演】ショウショウ・ものいい・ロシアンモンキー・佐久間一行・THEフォービーズ（よしもとクリエイティブ・エージェンシー）

【解説】八杖友一（弁護士）

【申込み】電話かはがき・ファックス・電子メール（記載例（4面参照）のとおり記入）で、区成年後見センター（〒169・0072大久保3－1－1）☎（5273）4522・FAX（5273）3082・EM skc@shinjuku-shakyo.jpへ。先着380名。申し込んだ方には招待状をお送りします。

※新宿区は、成年後見制度推進機関（区成年後見センター）の運営を、区社会福祉協議会に委託しています。同センターでは、成年後見制度に関するご相談をお受けしています。ご利用ください。

高齢者や知的障害者を狙う悪徳商法の事例を紹介（今年1月のイベントから）

地デジでお困りの方は相談を

地上アナログ放送は今年7月24日に終了し、地上デジタル放送に完全移行しました。地上デジタル放送受信のための対策をしていないと、テレビが視聴できません。ご不明な点は、総務省地デジコールセンターにお問い合わせください。

【問合せ】総務省地デジコールセンター☎0570（07）0101（ナビダイヤル。IP電話などからは☎（4334）1111。月～金曜日午前9時～午後9時、土・日曜日、祝日は午後6時まで）へ。