

# 市民文芸



竜骨の朽ちるに委す夏の草  
 誰やらの巨石を讃ふ青野かな  
 句友より病癒せと挿し桜  
 境内は人待つ広さ金魚売り  
 一握の私の白髪や夏来たる  
 せせらぎの上へ下への鬼やんま

吉村道雄  
 岡崎治幸  
 貞廣三重子  
 岡本愛子  
 伊藤護  
 伊藤英美



## 施設の開館日および開館時間

安田彫刻美術館 アルテピアッツァ美唄 ☎63-3137  
 開館時間 9時～17時  
 休館日 火曜日、祝日の翌日(日曜日を除く)  
 ※8月14日火は開館。

総合体育館 ☎62-6500  
 開館時間 9時～21時  
 休館日 火曜日、祝日の翌日(日曜日を除く)

温水プール ☎64-4522  
 開館時間 火～土曜日13時～20時、日曜日10時～18時  
 休館日 月曜日、祝日の翌日(日曜日を除く)  
 ※7月31日火～8月4日出は、10時から開館。

体育センター ☎62-5776  
 開館時間 9時～20時45分  
 休館日 月・火曜日

宮島沼水鳥・湿地センター ☎66-5066  
 開館時間 9時～17時  
 休館日 月曜日(祝日を除く)、祝日の翌日

郷土史料館 ☎62-1110  
 開館時間 9時～17時  
 休館日 月・火曜日

- 美唄市役所 美唄市西3条南1丁目1番1号  
 ☎0126-62-3131(代表)  
 FAX0126-62-1088
- 市民相談専用電話  
 ☎0126-63-2525
- 市役所専用郵便番号(住所不要)  
 〒072-8660 美唄市役所△△課
- 美唄市ホームページ  
<http://www.city.bibai.hokkaido.jp/>

## 美唄市の総人口

(6月末現在) 男 10,401人 女 11,457人 計 21,858人 世帯数 11,724世帯

広報メロディーに関するご意見、ご要望などを秘書広報課広報情報係☎63-0113まで寄せてください  
 本紙は市のホームページからもご覧いただけます(ホームページ版は一部の写真やイラストをカラーで掲載しています)

認知症と歯科、どんな因果関係があるか疑問をお持ちの方も多  
 以下は20歯  
 以上の人比べて認知症発症リスクが2割高くなるとの研究結果があります。また中医協「我が国の医療費についての基本資料」でも、歯が残っている人ほど歯科医療費が少ないと報告されています。要するにいつまでも健康に過ごすためには口腔ケアが必須であり、そのためかかりつけ歯科医院を持つことが重要なポイントとなるのです。多摩歯科医師会、東京都立大との協働調査においても、かかりつけ歯科医院を持っている人が持っている人に比べて6年間の累積生存率が有意に高かったと報告されています。さらにたとえ歯を失って義歯になったとしても、義歯をき



## 明日の健康

### 認知症予防は かかりつけ歯科医院から

美唄市医師会・吉村治範

ちゃんと使っている人は使っていない人に比べて認知症のリスクが約2倍も減少させられるとの報告もあります。では何故歯があつてよく噛める人が健康でいられるのでしょうか。もちろん歯や義歯がしっかりしてよく食べられることが健康の要因であることは間違いありません。しかしそれと同時によく噛めて咬合力を日常生活で発揮できていることがさらに重要なポイントとなります。高齢者では咬合力が確保されないと歩行速度が遅くなり、脳機能活性度が低くなるなどの報告もあります。さらに全く自立歩行出来なかった人が義歯を作製し適切な口腔機能訓練をすることによって認知機能が高まり、自立歩行が可能になったとの報告もあります。皆様も是非かかりつけ歯科医院を持っていつまでも健康に過ごして頂ければと存じます。(執筆者紹介/吉村歯科医院院長)

## 図書館へ行こう

美唄市立図書館 検索 ☎63-4802 FAX63-3555

### 後藤竜二作品読書感想文 コンクール作品募集



美唄出身の児童文学作家・故後藤竜二さんの作品の読書感想文を募集します。

応募資格 市内の小学生  
 応募方法 400字詰め原稿用紙に自筆で書いてください

- ▶小学3年生以下 2枚以内
  - ▶小学4年生以上 3枚以内
- 文頭に標題、氏名(ふりがな)を記入し、本文は3行目から書いてください。裏面に住所、電話番号、学校名・学年を記入してください

応募締切 9月14日(金)(郵送の場合は必着)

応募先・問合せ  
 〒072-0027  
 美唄市西4条南1丁目4番1号  
 図書館宛て

表彰 最優秀賞1編、優秀賞1編、優良賞1編を選定し、入賞者には賞状と副賞を贈呈します。表彰式は11月に行う予定です。

### 8月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

#### ■は休館日

おはなしの会および3歳児のブックスタートは、11日(祝)・18日(出)の午前10時30分から児童図書室で行います。ブックスタートに来られなかった方は、都合の良い日に絵本を配布しますので、引換券を持参の上、図書館までお越しください。

#### 市立図書館 開館時間

- 火・金～日曜日、祝日(月曜日に当たるときは除く) 10時～18時
- 水・木曜日(祝日を除く) 10時～19時

