

Activity Report

地域おこし協力隊 ～活動レポート～



地域おこし協力隊
観光支援員
柳原 綾佳さん

初めまして。今回の活動レポートを担当いたします。4月より地域おこし協力隊に着任した観光支援員の柳原です。主に観光協会でのイベント行事の参加や雄武町のPR活動などを行っています。その活動の中で小さな事でも自分がしたい事、出来る事を見つけて雄武町を盛り上げていきたいです。

また、昨年初めて産業まつりにお客さんとして来場した時に、いくらすじ子を見てからファンになり、キャラクターに携わる仕事もしたいと思っていたので、ぜひ私の考えたいくらすじ子グッズも出したいと思っています。

4月は挨拶回りから始まり、近隣の市町村にもご挨拶へ行きました。その際に、道の駅なども訪問して、どのような商品を置いているのかなど今までと違った視点で見ることが出来ました。

ほかに、地域おこし協力隊として

※地域おこし協力隊でのコーナーを順番に担当しています。お楽しみに。



てのSNSの開設や雄武高校で特別授業の見学。画像などの編集用ソフトの操作を覚えるために「いっぶく家」で販売しているいくらすじ子グッズやイベントの参加に向けた商品ポップの作成を行いました。

5月5日にイオン名寄店で開催されたイベントでは、近隣市町村のゆるキャラが集まり、町の特産品であるホタテや韃靼蕎麦、いくらすじ子グッズなどの物販や韃靼蕎麦茶の試飲など来場者に雄武町をPRして頂きました。商品説明を熱心に聞いて購入する人やイベント後にいくらすじ子グッズを購入しに来てくださったご家族もいました。

今回、物販に参加して、頭で思い描いていた商品ディスプレイも実際に形にしてみると上手くいかず、手直しをしてもらったり、お客様への商品説明の仕方など学ぶことがたくさんありました。これから経験を重ね、しっかりした説明ができるようになっていきたいと思っています。

Kids わんぱくキッズ（若草保育所）～おおきくなったら～



ますざわ
りょうがくん

ウルトラマンジード



わきもと
みゆちゃん

新登場



Everyone's infirmmary

みんなの保健室

歯と口の健康には、日ごろのケアが大切です

歯のみがき方

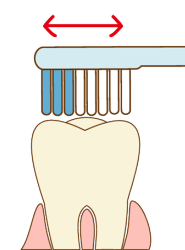
①歯ブラシの持ち方

鉛筆を持つように軽く握ります。

プラーク（歯垢）は、少しの力でも十分に落とすことができます。

③歯ブラシの動かし方

小さく2mmから3mmの幅で小刻みに動かします。ごしごし大きく動かすと歯ブラシが当たらない部分が出てくるので、小さく動かすのがポイントです。



②歯をみがく順番

スタートを決めて、一筆書きの要領でみがくと、みがき残しを減らすことができます。

④歯ブラシの当て方

歯ブラシの毛先を歯と歯ぐきの境目、歯と歯の間にきちんと当てるのが大切です。（歯茎に対して約45度）前歯の裏側は歯ブラシを縦に使う、奥歯の後ろ側は歯ブラシの先端を使うとみがきやすくなります。鏡を見て自分のみがき方を確認してみましょう。

☆歯ブラシの力加減

力を入れすぎると毛先が広がり、きちんと歯面に当たらず、汚れを効果的に除去できません。歯ぐきを傷つけたり、歯面が摩耗して知覚過敏になったりする可能性があります。

歯ブラシの選び方

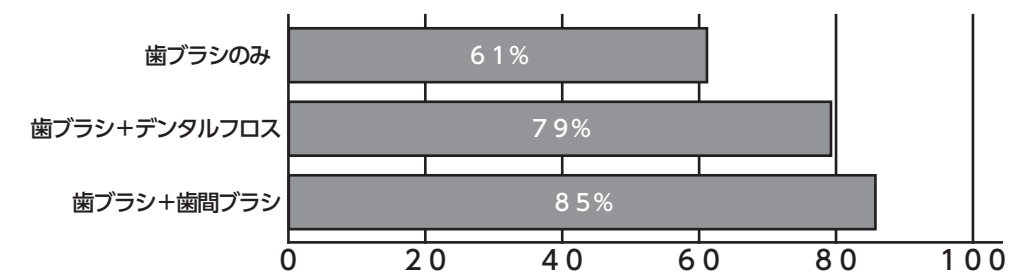
サイズ 口の中で動かしやすいよう、ブラシ部分が小さめのものがおすすめです。

毛の硬さ 「ふつう」がおすすめですが、歯みがき圧が強い方は「やわらかめ」を選ぶといいでしょう。毛先が硬いものはプラーク（歯垢）を落とす能力が高くなりますが、歯と歯の間に歯ブラシの毛先が届きにくいので、プラークを取り残す可能性が高くなります。

交換時期 歯ブラシの寿命は1か月です。特に毛先が開いたものは清掃能力が落ちているため、1か月を目安に新しい歯ブラシに交換しましょう。

歯ブラシと歯間クリーナーを合わせて使うと効果的です

歯間部のプラーク（歯垢）除去率（参考）日歯保存誌、48（2）、272（2005年）



関係保健課推進健康問