

ご意見をお寄せください

多摩市役所本庁舎建替基本計画素案の
市民フォーラムを開催します

問総務契約課 ☎(338)6858・FAX(339)1490

パブリックコメントも実施します

多摩市役所本庁舎建替事業については、令和5年2月には建替え場所を現在敷地とする「多摩市役所本庁舎建替基本構想」を策定、令和5年度からはさらに具体的な検討を進め、このたび「多摩市役所本庁舎建替基本計画素案」を策定しました。

基本計画素案の説明や有識者による講演、意見交換などを通じて、

さまざまな年代層の方と一緒に考えていただくため、「多摩市役所本庁舎建替市民フォーラム(基本計画編)」を開催しますので、ぜひご参加ください。

あわせて、市民の皆さんのご意見を基本計画に反映するため、パブリックコメントも募集します。皆さんのご意見をお待ちしております。

市民フォーラム

目①8月25日(日)午前9時30分～11時②8月27日(火)午後6時～7時30分
③8月31日(土)午前10時～11時30分場①関戸公民館大会議室②中央図書館活動室1③永山公民館ベルブホール 対市内在住の15歳以上の方定①90人②50人③190人(いずれも申し込み先着順)内市からの検討状況の報告、有識者の講演、意見交換など保育各4人(1歳以上の未就学児。申し込み先着順)講師①伊香賀俊治氏(慶應義塾大学名誉教授)②高橋邦夫氏(合同会社KUコンサルティング代表社員)③中林一樹氏(東京都立大学名誉教授)備考手話通訳あり 101015054 8月15日(木)までに、公式ホームページのインターネット手続きまたは電話で、総務契約課へ(空きがある場合は当日受け付け可)



パブリックコメント

閲覧場所公式ホームページ、市役所3階総務契約課・第二庁舎1階行政資料室、中央図書館、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館備考意見募集期間中、本件に関する「市政への提言」などは、パブリックコメントとして取り扱い、原則として個別回答はしません。記入漏れ、電話・口頭での意見は、パブリックコメントとして取り扱いません。意見は住所・氏名などを除き公開する場合があります。

101015561 8月5日(月)～9月4日(水)必着の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送・ファクシミリ・直接持参または第二庁舎1階行政資料室、中央図書館、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館に設置の回収箱への投函で、「多摩市役所本庁舎建替基本計画素案への意見」・住所・氏名・意見を記入し、〒206-8666総務契約課へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)



歯周病予防について歯医者さんに聞きました

シリーズ
2

歯と口の健康は、健康で質の高い生活を営む上で重要な役割を果たしており、歯と口の健康を推進することは、健康格差の縮小や健康寿命の延伸、ひいては健康まちづくりの推進につながることから、多摩市は、歯と口の健康を推進するための条例を、9月に制定できるよう検討を進めています。このシリーズ記事では、市民の皆さんの歯と口の健康に役立つ情報をお伝えしていきます。

問健康推進課(健康センター) ☎(376)9149・FAX(371)1235

歯周病ってなに？

歯周病とは、プラーク(歯垢)の中にいる歯周病菌によって、歯肉(歯ぐき)に炎症を起こし、進行していくと歯を支えている骨(歯槽骨)が溶けてしまう病気です。

症状は、「歯磨きの時に出血する」「歯肉が腫れる」「口臭が気になる」「歯肉が下がって歯と歯の間に隙間ができる」「歯がぐらぐらする」などがあります。(歯周病の進行については下図参照)

歯周病の原因

- ①プラークの中の歯周病菌の存在
- ②喫煙・ストレス・生活習慣などの環境因子

- ③年齢・糖尿病など私たちの体による環境因子
- ④歯ぎしりや被せ物・口呼吸など

これらの原因が重なることで歯周病発症の危険性が高まります。

歯周病と全身の病気との関係

歯周病菌や炎症物質が歯肉の血管から入り込み、血流に乗って全身をめぐる、心臓病・脳卒中(脳梗塞)・糖尿病の悪化・低出生体重児が生まれるリスクを高めることが分かっています。また、歯周病菌が唾液や食べ物と一緒に誤って気管に入ると、誤嚥性肺炎(気管支炎、肺炎)の原因にもなります。

さらに、歯周病は肥満やメタボリックシンドローム・骨粗しょう症・関節リウマチなどの関連もあると言われています。

歯周病の予防や治療を実施することで、歯の喪失を

防ぐだけではなく、全身の健康維持にもつながるため、「セルフケア」と「プロフェッショナルケア」の両方に取り組むことが大切です。

歯周病予防のポイント

セルフケア

- ・毎日の丁寧な歯みがきでプラークの除去

歯と歯肉の境目にプラークが溜まりやすいので、歯ブラシだけではなく、糸ようじや歯間ブラシを使用しましょう。

プロフェッショナルケア

- ・かかりつけ歯科で定期管理

半年に一度、歯科健診を受け、歯科医師や歯科衛生士による歯石除去やクリーニングをしてもらいましょう。加えて、歯の磨き方も指導してもらうといいでしょう。

市は、歯周病検診や歯周病相談の事業も実施しています。歯科衛生士もいますので、歯や口のことでお困りの方はいつでもご相談ください！

