



佐藤 学 (49) 【石名坂・無新】 879,342票
由利 栄美 (60) 【琴浦・無新】 889,000票
森 鉄也 (73) 【長岡・無現】 924,000票
佐藤 正之 (64) 【小国・無新】 1,193,464票
齋藤 光春 (70) 【新丁2区・無現】 626,266票
齋藤 進 (66) 【横岡・無現】 626,266票
佐々木 正勝 (73) 【室沢・無現】 633,855票
佐々木 敏春 (71) 【湯見町1区・公現】 687,928票
齋藤 雄史 (53) 【室沢・無現】 521,221票
伊藤 竹文 (76) 【小砂川・無現】 570,000票
齋藤 聡 (54) 【32区・無現】 579,246票
佐々木 孝二 (74) 【平沢・無現】 605,817票
佐藤 直哉 (44) 【赤石1区・無現】 497,193票
本間 恵子 (63) 【荒古屋・無新】 506,000票
佐々木 平嗣 (75) 【荒古屋・無現】 516,697票
佐々木 春男 (76) 【黒川・共現】 519,701票

市民の代表16人が決定

新たな顔ぶれとなった議員の皆さんを紹介します

任 期満了に伴う、にかほ市議会議員一般選挙が4月26日に行われ、即日開票の結果、市民の代表となる16人の当選が決まりました。任期は5月1日から4年間です。投票の結果は下記のとおりです。また5月19日に開かれた5月臨時市議会において、新・正副議長長の選任および各常任委員会、議会運営委員会などの構成が決まりました。詳細は下記のとおりです。

問 選挙管理委員会事務局 ☎ 43・7506

- 《教育民生常任委員会》**
 ◎佐々木 平嗣、○由利 栄美、齋藤 聡、佐々木 孝二、佐々木 敏春
- 《産業建設常任委員会》**
 ◎佐藤 直哉、○佐藤 正之、齋藤 光春、佐々木 春男、伊藤 竹文
- 《議会運営委員会》**
 ◎齋藤 聡、○佐々木 敏春、齋藤 光春、齋藤 雄史、佐藤 直哉、佐々木 春男、伊藤 竹文
- 《議会広報広聴委員会》**
 ◎齋藤 雄史、○本間 恵子、齋藤 聡、由利 栄美、佐藤 正之、佐々木 敏春、佐々木 春男、佐々木 孝二
- 《本荘由利広域市町村圏組合議会議員》**
 森 鉄也、齋藤 進、佐々木 正勝、佐々木 孝二

令和8年4月26日執行 にかほ市議会議員開票結果

当日有権者数	19,052人
投票総数	11,204票
投票率	58.81%
有効投票数	11,122票
無効投票数	82票

新・正副議長選任

《議長》 森 鉄也
《副議長》 佐々木 孝二

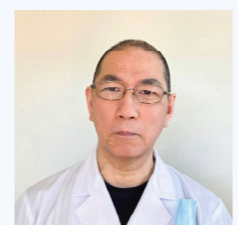
各委員会構成 ※◎委員長、○副委員長

《総務常任委員会》
 ◎佐々木 正勝、○齋藤 雄史、佐藤 学、本間 恵子、齋藤 進

お口の健康を 考える



問 健康推進課 ☎ 32-3000

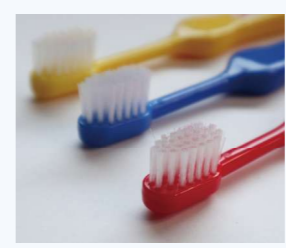


いつまでも健康的な口元を

由利本荘歯科医師会
 西目はまなす歯科
 院長 川嶋敏宏 先生

歯ブラシを見直そう

最近、いつ歯ブラシを新しくしましたか？歯ブラシの毛先が広がったままいつまでも使っていたりしませんか？毛先が開いてくると上手くすすぎみまで磨けなくなってしまいます。開いてブサブサになっているようでしたらこの機会にぜひ新調しましょう。



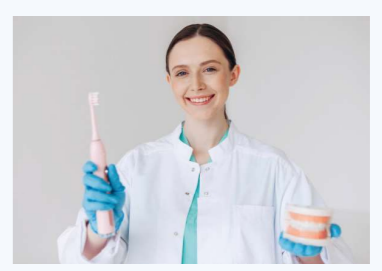
歯を失わないために、今できること

かつてに比べ、現在は80歳で20本の歯を持つ人が増えています。しかし、歯が多く残るようになったことで、実は「大人のムシ歯」も増えているのが現状です。年齢を重ねると、歯ぐきが下がって歯の露出部分が増えたり、歯の間の隙間が広がったりします。そこへ加齢による手の動きの衰えが重なると、細かい部分の磨き残しが増え、ムシ歯の原因となってしまうのです。

電動歯ブラシってどうですか？

「手先が思い通りに動かない」「ついゴシゴシと力任せに磨いてしまう」という方には、電動歯ブラシが有効です。電動歯ブラシは毛先を軽く当てるだ

けで効率よく汚れを除去でき、手元を細かく動かす必要がありません。本体代金や充電の手間といった面はありますが、電動歯ブラシで磨き残しを減らし、将来的な口の健康と、歯科治療費を抑えられると考えれば、非常に価値のある投資といえます。どんな電動歯ブラシが良いか迷ったときはかかりつけの歯医者さんに聞いてみてください。



磨き方の「質」を上げよう

大切なのは、どんな道具を使っても「1本ずつ丁寧に磨く」という意識です。歯ブラシ以外にも、デンタルフロスや歯間ブラシ、洗口剤などを併用するとより効果的です。また、口の中では24時間常に菌が増え続けています。毎食後の歯磨きはもちろん大事ですが、一日1回はしっかり丁寧にきれいにすることが重要です。

まずは歯科医に相談を

ご自身や、身近な大切な方の歯を守るために、一度歯科医院でプロの指導を受けてみませんか？より詳しい磨き方や自分に合った道具については、歯科医師や歯科衛生士にいつでもご相談ください。