

- ◎向日市民憲章◎
- 1 住みよいまちを力を合わせつくりましょう
  - 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
  - 1 働くよこびと心のふれあいを大切にしましょう
  - 1 すぐれた教育と文化を育てましょう
  - 1 明るいくらしと福祉のまちをきざきましょう



## むし歯は万病のもと 子どもの発育にも悪影響

おやつのあとはブクブクがいを

むし歯は人の健康をばいむ大きな文明病の一つです。戦後、砂糖の消費量と比例して、その数は急速に増大しました。むし歯の一本ぐらゐとあなどるのは大まちがいです。むし歯が原因で全身病をおこす場合や、特に子どもの場合は、心と体の発育にも悪影響をおよぼします。ここで、その原因と予防方法について、みながら勉強してみましよう。

### 大切な早期治療

歯は心臓や胃、腸などと同じ、からだの重要な器官の一つです。ところが子どもなら二十本、大人なら二十八〜三十本と、たくさんあることから、一本ぐらゐなくてもと、つい、おろそかになりがちです。

しかし、歯の一本、一本に大切な役目があり、全部そろって、はじめて完全なはたらきができます。心身の正常な発達と健康に深い関係のある歯を健康なものにするには、まずむし歯にかからないことです。

### 3歳児で84%が

厚生省の調査では、一歳の子どものむし歯をもっている者の割合は11%に達し、一人あたり〇・三本。二歳では52%、一人あたり二・六本。三歳では84%、一人あたり六・二本という結果がでています。

むし歯の処置状況は、三歳では19%、五歳では41%が治療を受けている程度です。

### 原因と予防方法

むし歯はミュータンスという連鎖球菌が中心となっておこる病気です。この菌は、口の中にいつ

も存在していて、食物中の砂糖を栄養に繁殖します。むし歯を防ぐには、ミュータンス菌が繁殖しにくくする方法しかありません。それには第一に、この菌が好む砂糖分を制限することが必要ですが、あまりにきびしい甘いものの制限は子どもの豊かな性格形成に悪い影響を及ぼすといわれていますので、全くとらないのはかえって、子どもの心身の健康な発育のためよくありません。

第二に砂糖分や食べカスが歯の周囲に長期間附着して歯垢となり、ミュータンス菌に栄養分を与えることにならないように、飲食後歯をみがき、歯を清潔にすることが大切です。

第三は、よい歯質づくりによる歯質と抵抗力をつくることです。市では、この三つのむし歯予防の方法を内容とした「歯の健康教室」を毎年開催しています。



昨年の歯の健康教室 (於・市民会館)

## 歯の健康教室を開催

### フッ素塗布やおやつでの展示など

市では、第三回歯の健康教室を、京都府歯科医師会乙訓支部と共催で、次のとおり開催します。

お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

十一月二十三日(祝) 午前十時〜午後三時

【対象】 向日市民会館

【費用】 無料

【内容】 歯の検診、フッ素塗布、

### 休日急患診療の案内は

てんわ 931-3900 まで

乙訓医師会(電話九三一一三九〇〇)では、休日の急病に対応するため、輪番当直制で休日診療を実施しています。当日の休日診療担当医師の案内は、乙訓医師会テレホンサービス



### 家庭の医療

#### 歯痛の応急処置

しかし、これは一時的なもので、むし歯のようにズワゲ質がいたんで

歯が痛みだすのは、むし歯を治療しないでいることが原因です。急に痛みだした時の家庭での応急手当の方法は…

◆痛み部分をきれいに つまようじの先にオキシドールをつけて、むし歯の穴のかすをとり、ぬるま湯に食塩を少し入れて、痛みのある部分によくいきわたるようにうがいをする。

◆痛みをひく時 口の中を清潔にして、大人であれば小さな綿球にヨードチンキをひたし、痛い部分に押し込みます。この時ヨードチンキが舌や歯ぐきにふれないように注意してください。

◆氷のうで冷やす なお痛みがとれないときは、鎮痛剤を服用する他、同時に痛む方はお水をのうで冷やすことも一つの方法です。

## 不燃物ゴミを分別収集

### 12月から全市で実施します

市では、不燃物ゴミの分別収集を、12月から全市で実施します。これは、埋立るゴミと資源化できるゴミを区分し埋立るゴミの量を減らし埋立地の有効使用を図ると同時に、新しい埋立地である長岡京市勝竜寺地区周辺の環境悪化を防ぐことをねらいとしています。この分別収集とは、不燃物ゴミの中から、資源化できるものと、そうでないものとを6種類(金属類アルミ缶、空缶、生ビン、割れビン・割れガラス、

### ご協力を

埋立ゴミ)に分けて出してもらい、資源化できるものは廃品回収業者に売却、資源化できないものは埋立るといふものです。収集日は毎月2回、ゴミを出す時間は午前8時〜9時までの1時間で、各地区に設けられたゴミステーションに出してもらうことになります。みなさんには、ご不便をかけることになるかもしれませんが、この分別収集の趣旨を十分ご理解いただいて、ご協力をお願いします。

