
習志野市市民の皆様限定

「お口は元気の源メールマガジン」

<http://narashino.cda.or.jp/>

☆+.:*.*>>>#007 2017/5/25<<<☆+.:*.*

このメールは、(一社)習志野市歯科医師会からお届けしています。イベントや HP より登録をご了承して頂いた方に配信されるメルマガです。

=====INDEX=====

◆ なら歯どライン

【1】習志野市歯科医師会会長 第7号 フッ素のむし歯予防

【2】地域歯科保健委員会担当理事(定期的に歯科健診を受けましょう！)

◆ お知らせ

◆ 歯科の防災対策

◆ 習志野市歯科医師会の主な行事予定 (5/25—8/24)

◆ 休日急病歯科診療所のご案内

=====

◆なら歯どライン ★☆☆

【1】習志野市歯科医師会会長 第7号 フッ素のむし歯予防

〈習志野市歯科医師会会長:栗原弘章〉

皆さんが使用している歯磨き粉にフッ素は入っていますか?「むし歯予防 フッ素配合」と表示してあれば判り易いのですが、「歯周病予防」と表示してあっても成分にフッ化ナトリウム(フッ素)が入っているものもあります。液体歯磨きにはフッ素が入っていないことが多いようですが、歯磨き粉タイプには8~9割の商品に入っているようです。

フッ素は、むし歯予防効果が高いのですがきちんと歯磨きをしなければむし歯になりますし、歯周病予防としては効果がありません。

高齢者になると歯肉が下がって歯根(歯の根)が出てしまうことが多くあります。歯冠(歯の頭)は硬いエナメル質でおおわれているのですが、歯根をおおっているセメント質はエナメル質より柔らかいのでむし歯(根面う蝕)になり易く、歯根のむし歯予防にもフッ素は効果があります。高齢者の方もフッ素入りの歯磨き粉を使うことをお勧めします。

幼児には歯科医院でのフッ化物歯面塗布を行うと効果的ですが、まず歯磨きが大切です。子供が磨いた後に、保護者の仕上げ磨きを10歳まではするようにしましょう。

【2】定期的に歯科健診を受けましょう!

〈地域歯科保健委員会担当理事:渡邊洋次〉

定期的に歯と歯ぐきの健康診断を受けていらっしゃいますか?

歯と歯ぐきの健診がなぜ必要かと言うと、口の中の病気の大部分は『細菌による感染症』であり、身体の健康とも深い関わりがあるからです。

◆習志野市歯科医師会の主な行事予定(5/25-8/24)

◇歯科医師による健康講座 6月22日(木) 新庁舎1F

◇歯科医師による健康相談 6月27日(火) 保険会館別館

◇脳力あっぷ教室 6月19日(月) ブレーメン

脳力あっぷ教室 6月28日(水) 総合福祉センター

脳力あっぷ教室 7月13日(木) 東部保健福祉センター

◇高齢者のよい歯のコンクール 5月25日(木)

めざせ8020! 歯と口の健康づくり標語コンクール 5月25日(木)

むし歯予防図画ポスター審査 5月25日(木)

親と子のよい歯のコンクール 5月25日(木)

◇健歯児童生徒審査表彰 6月1日(木)

◇習志野特別支援学校摂食嚥下指導 7月12日(水),9月20日(水),11月8日(水),2月7日(水)

◆休日急病歯科診療所のご案内

習志野市歯科医師会では、市民の皆様が休日に歯の痛みや詰め物が取れた等、対応するために当診療所で応急処置を行っています。

診療日 : 祝日、年末年始(12月29日-1月3日)

診療時間:9:00-12:00

詳しくは、<http://narashino.cda.or.jp/?p=62> へアクセスして下さい。

◇平成28年4月からの休日急病歯科診療所について

事業の見直しによって休日急病歯科診療所の運営は、祝日と年末年始(12月29日-1月3日)診療日となりますので、ご了承ください。

<休日歯科診療所の移転に伴う休日歯科診療所休診のお知らせ>

平成29年6月~11月 休診

市民の皆様にはご不便をおかけしますが、何卒ご理解の程よろしく願いいたします。

★—————★

★発行者(一社)習志野市歯科医師会 広報・IT委員会

<編集後記>

4月15日、イタリア人で世界最高齢の女性が117歳で亡くなりました。世界長寿のベストテンに日本人が5人、世界保健機関(WHO)による「世界保健統計」で日本は平均寿命83.7歳で世界一です。永久歯は生え始めるのは6歳ですので、単純計算で77年間使い続けなければなりません。

大事な歯を長くお口の中に存在させるためには、虫歯・歯周病の早期発見早期治療が有用で、「かかりつけ歯科医」による定期的なメンテナンスも大事です。

兎にも角にも、「口は元気の源です」歯を大事にしましょう。

また習志野市歯科医師会では、災害時の歯科に関する心得をパンフレットにてホームページ上にアップしていますので、どうぞご利用ください。

☆メールマガジンの配信停止をご希望の方は下記 URL から

<http://goo.gl/xw4Zr6>

※尚、登録解除までお時間を頂く場合があります。

☆このメールは送信専用メールアドレスから配信しているため、ご返信いただいてもご返答することができません。ご意見は、下記サイトまでよろしくお願ひします。

<http://narashino.cda.or.jp/contact/>

☆本メールは、転送禁止とさせていただきます。

... 元気な習志野・健やかな習志野は *...*

「口は元気の源です」

(一社)習志野市歯科医師会

〒275-0014 千葉県習志野市鷺沼2-1-7

TEL:047-453-5655
