

自分の歯で、未永く楽しい人生を

歯は体の中で一番固い組織だと言われていますが、その固い歯も長い目で見ると少しずつ変化をしています。最近では歯科医院に定期的に通われ、メンテナンスをする人が多いので、歯やお口の問題で悩んだことがないという人が増えておられます。

しかし、一見健康そうなお人でも歯は目に見えない形で変化しているのです。

早い人で10代後半〜20代くらいから歯周病にかかる人もいらつしやいます。歯茎の病気がほとんどない、虫歯になったことがないという人でも、30代〜40代くらいから、さまざま要因で歯茎が痩せるために歯の根の部分露出してきて、虫歯になりやすくなります。

強く磨くことは避けましょう

歯の根の部分はもともと歯茎に囲まれていた部分で、比較的柔らかい部分です。刺激に弱く、歯ブラシを日々強く当てる行為によって削れたり、しみる症状が出たりします。柔らかい歯ブ

ラシで優しく、当て方に気を付けながら磨く必要があります。

またかみ合わせのきつい人や強く食いしばる人も、歯がぐらぐら揺れて、歯の周りの歯茎が痩せてきて同じようにしみてくる原因になります。

50代以降の人で、虫歯にもなっていないのに急に痛みを覚え、歯科医院に飛び込んで来られる人がおられます。気が付かない間に少しずつ歯にひびが入っており、歯が真つ二つに割れていたりします。日々の繰り返す負担に耐え切れなくなつて割れてくるのです。

歯科医院での「まめなチェックが大事です」

歯科医院では歯のすり減り方やかみ砕き方、ひびがあるかどうかの検査をして、将来歯が負担に耐えられなくなる人に対して、かみ合わせの治療を行います。諸行無常、歯も少しずつ変化しているのです。

文責 藤岡歯科

院長 藤岡大助

公民館まつり

11月に行われる公民館まつりを紹介します。

	ところ	内容
協和公民館まつり (☎ 68-2121) ▷ 7日(土) 9時~18時 ▷ 8日(日) 9時~16時	協和公民館、 協和スポーツ グラウンド体 育館	▷ 作品展示 (盆栽、写真、園児・児童の絵画など) … 7日・8日 ▷ 絵本の読み聞かせ … 7日 14時~ ▷ 演芸発表 (コーラス、民謡、琴、マジックなど) … 8日 13時~15時40分 ▷ みんなの広場 (抹茶席、宝探し大会、ポップコーン無料サービス、うどんの販売など) … 8日 10時~13時
南公民館まつり (☎ 41-2240) ▷ 7日(土) 11時~17時 ▷ 8日(日) 10時~16時	南公民館	▷ 作品展示 (公民館各教室の作品、一般作品、園児・児童の作品) … 7日・8日 ▷ 公民館前広場 (うどんなどの販売) … 7日・8日
府中公民館まつり (☎ 43-4938) ▷ 14日(土) 9時~16時 ▷ 15日(日) 10時~16時	府中公民館	▷ 作品展示 (絵手紙、生花、ちぎり絵、書など) … 14日・15日 ▷ ふれあい広場 (うどん、おもちの販売) … 14日・15日 ▷ 芸能発表 (傘踊り、銭太鼓、日本舞踊、カラオケ、混声合唱など) … 15日 12時~
国府公民館まつり (☎ 45-7367) ▷ 14日(土) 13時~17時 ▷ 15日(日) 10時~16時	国府小学校体 育館	▷ 作品展示 (写真、版画、ちぎり絵など) … 14日・15日 ▷ 演芸発表 (カラオケ、踊りなど) … 15日 12時~
クルトピア栗生祭 (☎ 45-3701) ▷ 14日(土) 9時~17時 ▷ 15日(日) 9時~16時	クルトピア栗生	▷ 作品展示 (陶芸品、書、園児・児童の絵画など) … 14日・15日 ▷ ふれあい広場 (古代米販売、コーヒー無料サービスなど) … 14日 9時~15時・15日 10時~15時 ▷ ミニ新幹線乗車体験 … 15日 9時~12時 ▷ 芸能発表 (虫送り太鼓、民謡、コーラス、舞踊など) … 15日 13時30分~16時