

やましろ健康医療生協ニュース

4月23日 雨の中も「健康まつり」を開催。800人の参加で大きく成功できました。



6月のご案内

- 健康体操教室 2部制です。
15日(土)午前9時～・11時～
事前予約制 申し込みは受付へ
- 法律相談(予約制です)
18日(火)午後6時～8時
- 絵手紙サークル
20日(木)午前10時～12時
- 駅頭宣伝「憲法と医療」JR宇治駅
21日(金)午後5時30分～6時30分
- 2024年度総代会
あさくら診療所ホール
23日(日)午後1時30分～
- ニュース発送作業
24日(月)午前9時～
- 疾患教室「高血圧について」
24日(月)午後2時30分～ 診療所にて

発行：やましろ健康医療生活協同組合

編集：広報委員会 **No.367**

〒611-0033 宇治市大久保町山ノ内 19-1

TEL: 0774-46-5151 FAX: 0774-46-5201

<http://www.iryouseikyoku.jp>

検索「やましろ健康医療生協」

※住所、電話番号の変更、同居家族の変更等の場合はお知らせ下さい。

組合員数 4966人(4月末現在)

6月から10月まで特定健診が行われます。この機会に受けましょう。

お楽しみ 健康クイズ

応募のきまり

●ハガキにまちがい7ヶ所を書いて、住所、氏名、電話番号を記入の上、送付して下さい。FAX、持参でも結構です。

●正解者のうち抽選で5人の方にクオカードを進呈します。当選者のお名前はニュースで紹介します。

●締切り 6月10日

前回の当選者(敬称略)

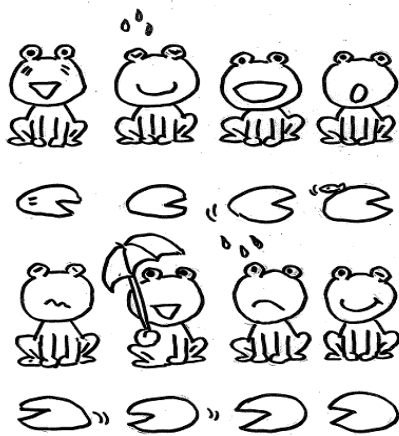
前回の正解は…「5月」左の人の胸マーク「左二番目の人の手」「真ん中の人のエプロンの柄」「右2番目の眼鏡」「足元の犬」「右の人の口」の7ヶ所でした。

応募数37人・正解は37人でした。抽選の結果、次の方が当選されました。

中西 一正 (宇治市)
高橋 芳江 (城陽市)
氏本 皓之 (宇治市)
久保村 希代子 (宇治市)
森 蒋美 (宇治市)

クイズの答えといつしよにいただいたお便りは「声」欄で紹介させていただきますことがあります。ご了承ください。

絵や線の濃淡は含みません



「ニュースの封筒詰めにご協力下さい。6月号の封筒詰め作業日は6月24日(月)の午前中です。」
広報委員会

あさくら診療所は月・水・木の午前診療・倉田外来は予約制です。土曜日は、1・3週のみ。

	月	火	水	木	金	土
午前	河本 内 西田 内	河本 内	河本 内 池野 内	河本 内 平松 内	河本 内 倉田 (1・3)	河本 (1・3)
午後	往診	往診	往診	予約外来 神経内科(2・4)	往診	
夜	河本 内	上赤 内	富岡 内	休診	河本 内	

★あさくら診療所 医師体制表

午前の診察は 9時～12時

夜の診察は 6時～8時

電話 0774-46-5151

★あさくら診療所歯科 医師体制表

診察は予約制です。時間はお問い合わせ下さい。急患の場合はご連絡下さい。

電話 0774-41-3335

予約外来・検査(医科)

胃カメラ 第1・3土曜午前

腹部エコー
をはじめ
各種エコー

第1・3・5火曜午前
第2・第4 木曜午前
第1土曜午前

栄養指導 第1・2・4・5金曜夜
第3土曜午前

各種予防接種は随時実施 要予約

	月	火	水	木	金	土
午前	中村 赤毛	中村 赤毛	中村 赤毛	中村 赤毛	中村 赤毛	休診
午後	赤毛	中村	赤毛	休診	中村	
往診	中村	赤毛	中村		赤毛	
夜	中村	休診	中村 赤毛	休診	赤毛	

4月より診療体制が変更となりました。ご確認お願いします。

6月から報酬改定に伴い窓口の負担金が変わります。

くことで気持ちが明るく
なられるのではないかと
思い、そこからハーモニカ
を吹かれることを勧めま
した。勿論初めは口をもぐ
もぐされて動きませんで
しがそれでも根気よく続
けられて今では「浜千鳥」
をどうにか吹かれるよう
になりました。私は自分の
ことのように嬉しくなり
ました。「左手だけでも吹
けるんや」彼女は生きる歓
びをハーモニカを通して
知りました。言葉数も多く
なり、前向きになられた事
を実感しました。

宇治市 山根ますおさん

春は元気な頃が思い出
される。桜が咲き出すとワ
ラビ取りにゼンマイ、ウ
ド、タラの芽と山菜取り。
去年は娘に取りに行きた
い言うたら、おこりました
わ。それでもなんやかんや
言いますけど、車に乗せて
くれて道端で少しだけワ
ラビを取り満足出来まし
た。今年はどうにもなりま
せん。せめてカラスのエン
ドウ、スギナ、ヤブカンゾ
ウ。手近な所で満足して

ます。美味しゅう。作って
いただきました。ふと見渡
しますが、草花が少のうな
りました。

宇治市 畑中富佐子さん

最近、感動する文章に2
つ出会った。一つは友人が
くれた市田忠義さんのエ
ッセイ集「市ちゃんの徒然
なるまに」。短い文章の
中に市田さんの豊かな生
き様が詰まっている。芸
術・出会った人・政治・ス
ポーツ、含蓄あることばや
ほっこりさせてくれる文
章です。もう一つは宇治久
御山年金者組合のニュー
スの足立恭子さん。いつも
その時々々の出来事を見事
にわかりやすく、しかも最
後は方向性もバッチリ。先
日はNHKの下山事件の
ドキュメンタリーに私も
衝撃を受けたのだが、その
事をバッチリと書いてく
ださった。みなさん読み落
としなきよう。

宇治市 石野望さん

精華町の「祝園弾薬庫」
大型弾薬庫の拡張と長距
離ミサイルに配備反対。

岸田政権の「安保三文書」に
基づき「台湾有事に備えた米軍
主導の敵基地攻撃」の戦略で精
華町の陸上自衛隊「祝園分屯
地」で今年度海上自衛隊との共
同運営、巡航ミサイルトマホーク
の配備保管のため8棟もの
大型保管庫を建設する計画を
進めようとしています。学術都
市の中心、住宅地の中に「敵基
地先制攻撃ミサイル」配備など
飛んでもありません。戦局悪化
すれば報復攻撃の対象なり半
径20キロ「焦土化」必至。反
対の声大きく広げていきま
しう。

宇治市 祐谷知須子さん

急な暑さにびっくりです。季
節の変わり目健康でいたいも
のです。

宇治市 宮崎久美子さん

実家が京都市中京区にあり
ます。JRの駅近ですが、杖を
ついて歩いている私には、あの
混雑が恐ろしい。ゴールデンウ
イークのニュースで見るオー
バーツーリズムがとても腹立
たしいです。

いつも、たくさんの「声」
をありがとうございます。20
0字以内で10日までにお願
いします。（広報委員会）

健康について懇談会を開

催しました。

広野町 谷口義一さん

さらにさらクラブ（老人ク
ラブ）の集会（4月27日）
で、やましろ健康医療生協
の滝澤松代理事さんに、「70
代、80代でも元気である」
ためには、どうしたら良い
かという話をしていただき
ました。集会には、36人の
会員が集まり、熱心に話を
聞いていました。

滝澤さんは、70代は「身体
や脳を使い続ける。行動意
欲の低下を防ぐため身体や
脳をよく使うこと」。80代以
降は、「老いを受け入れる時
期で、何もできない、わか
らないではなく、できること
はどんどんして楽しみまし
よう」と言われました。認知
症と認知症予防について、
「ボケたら不幸は間違い
で、できることはどんな
に楽しみましょう」。「楽
しいことは脳を活性化させ
るので、人に会っておしゃ
べりをしましょう」。「人
と話をすることで新たな興味

や関心がわいてきて、意欲
的になるという効果も得ら
れます」とおっしゃいま
した。そして、脳を使って体
を動かすことが、脳を活性化
すると説明され、みんなの
前で体を動かし、老人クラ
ブの人も体を動かしまし
た。特に手指の体操では、左
手は小指から、右手は親指
からなど、間違えないよう
に運動することは、神経を
使いました。

滝澤さんの話は、1時間

弱で、この話を聞いた参加
者は良かったと思ってお
られるでしょう。私は70代後
半で、元気な高齢者である
ためには、時々この運動を
やってみようと思います。

絵手紙サークル

6月20日(木)

午前10時から

・申し込み江黒さんまで
(090・2014・
0326)

～年に1度の健診があなたの健康を守ります～

対象者

宇治市・城陽市・久御山町・京都市の方

◇国民健康保険加入または生活保護世帯の40歳以上の方

※今年度中に40歳になる方も含む

◇後期高齢医療保険加入の方

特定健診は全員無料です

実施期間

2024年6月1日(土)～2024年10月31日(木)

受付時間

午前 8:30～12:00 ※**土**は第1・3のみ診療

夜 17:30～19:30 ※**月火水金**診療

予約方法

予約が必要⇒ **月水木**の午前 ☎0774-46-5151

予約は不要⇒ **火金土**(第1・3)の午前、**月火水金**の夜

健診項目

診察・身体測定・検尿・心電図・血液検査

その他の検診

大腸がん検診、前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診も実施しています。

こちらの検診の対象者や費用負担等は、事前に各市町に確認してください。

社会保険の家族・国保組合の特定健診

それぞれご加入の保険者に問い合わせ、受診券を取り寄せて事前にご相談ください。

わたしのひとこと

今年はあさくら診療所開設30年

理事 宮本繁夫

1983年に遡ります。民医連の上京病院(現上京診療所)の職員から、宇治のユニチカで働く労働者に問い合わせがありました。この一本の電話が、ユニチカ宇治工場における二硫化炭素中毒症の闘いの始まりで発生する二硫化炭素ガスに被爆すると重篤な脳血管障害などを起こしますが、ユニチカ中央病院(当時)は、労災とは認めず、「脳梗塞」と診断していました。しかし、ユニチカ100年誌には、「著しい発展をとげていったわがレイヨン工業であったが、当初から獅子身中の虫というべき頭痛の種をかかえていた。・・・生産工程で発生する二硫化炭素ガスや硫化水素ガスに起因するといわれる職業性疾病の発生がそれである」と会社は、古くから二硫化炭素ガスの危険性を知っていました。地区労や多くの市民のみ

なさんで「支援する会」ができ、民医連の医師や職員の協力を得て、多くの患者の労災認定に取り組み16人が認定されました。こうした中で、働くもの立場に立った医療機関をつくらうということで、多くの市民のみなさんの協力で、1994年にやましろ健康医療生活協同組合が発足。9月にあさくら診療所が開設し30年になります。

その後、医療生協は、給食調理員のけいわん症や教員の過労死の公務災害認定、大手電機メーカーの過労自死の労災認定など働く者の命と健康を守るために取り組んできました。

30周年をむかえ組合員も5000人近くなりました。組合員の期待に応える医療生協をめざしていきたいと思います。

野山を歩こう会6月例会ご案内

- 行き先：大阪池田市 五月山
桜・ツツジ・紅葉が美しいハイキングコース
- 日時6月8日(土) 費用：交通費 960円
- 集合：阪急烏丸駅プラットホーム 8時50分
- 持ち物：弁当・水筒・行動食・雨具・ストック
- 検温・体調管理・マスクの着用を徹底します。
- 申込 尊田 22-8657 池本 43-2604 まで

健康体操教室のお知らせ

日時6月15日(土) 参加費1回500円

1回目 午前9時～10時30分

2回目 午前11時～12時30分

講師：友久典子さん(理学療法士)

会場：あさくら診療所ホール

*動きやすい服装・タオル・水筒・上履き
予約制です。あさくら診療所受付まで。

带状疱疹ワクチン接種のお知らせ

要申込

水痘ワクチンと带状疱疹ワクチン（シングリックス）があります。

50歳以上の方が対象です。健康保険は使えません。

带状疱疹は、水疱と痛みを特徴とする病気です。痛みや痒みを感じてから2～3日後に皮膚に分布する神経に沿って帯状の水疱が出現します。

通常は2～4週間で皮膚症状が治ります。

- ・子供の頃に水痘にかかると、治った後も水痘・带状疱疹ウイルスが神経節の中に長期間潜伏します。
- ・加齢や疲労など免疫力が低下すると、潜伏していたウイルスが活性化して带状疱疹を発症します。
- ・带状疱疹の皮膚症状が治った後も長期間痛みが残る带状疱疹後神経痛になることがあります。
- ・50歳以上の方については、ワクチンを接種することで発症予防、重症化予防が期待できるとされています。
- ・ワクチンは、乾燥弱毒性水痘ワクチン『ビケン』と乾燥組換え带状疱疹ワクチン『シングリックス筋注用』があります。ワクチン接種については医師にご相談してください。

*ワクチン接種は申込からおおよそ1週間かかります。

名称	乾燥弱毒性水痘ワクチン『ビケン』	乾燥組換え带状疱疹ワクチン『シングリックス筋注用』
種類	生ワクチン	不活化ワクチン
効能	水痘・带状疱疹の予防	带状疱疹の予防
発症予防効果	50～59歳 約70% 60歳以上 約50%	50歳以上 約97% 70歳以上 約90%
带状疱疹後神経痛予防効果	60歳以上 66.5%軽減	50歳以上 100%軽減 70歳以上 85.5%軽減
効果持続期間	5年程度	9年以上
副反応等	注射部位の腫れや痛み：5%以上 皮膚の発疹や倦怠感：1～5% 関節痛：1%未満	注射部位の腫れや痛み：10%以上 倦怠感：1～10%未満 関節痛：1%未満
接種対象者	50歳以上の人	50歳以上の人 または带状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる18歳以上の人
接種方法	皮下注射	筋肉内注射
接種回数	1回	2回 2ヶ月間隔

参考 国立感染症研究所HP ジャパンワクチン株式会社HP ワクチン添付文書

費用	公費対象者は無料 組合員：5,962円 未加入：8,316円	現在公費対象はありません 組合員：41,800円 (1回20,900円) 未加入：52,800円 (1回26,400円)
----	--------------------------------------	--

法律相談（予約制） （無料・1件30分）

- 6月18日（火）午後6時～8時
診療所2階会議室
- 京都南法律事務所の弁護士さんがお聞きします。医療生協の組合員とご家族が対象です。
- 受付は17日の午前中までです。

あさくら診療所

通所リハビリ・送迎運転手募集

- 自動車にて、利用者・患者さんの送迎
- 月・火・木・金 8:40～16:40
- 時間給 1020円～
(定期昇給・処遇改善手当)
- 0774-46-5151 事務部まで

城陽市 山口英美子さん

「もうすぐ5月ですね。新緑のきれいな時期ですね。毎回封筒が送られてきてありがとうございます。」

11時からいつも行く所がありますが9時から10時半までならお手伝い行きますね。

宇治市 狭間良子さん

今年も自宅でサクラランボが実った。メジロも嬉しそうにくわえていく。夫の妹さんからいただいた木、近所の方ともおしゃべりの種になるサクラランボに感謝の初夏です。

城陽市 稲富喜美子さん

5月1日で八十八夜新茶が店に出始める頃、丁度ゴールデンウィーク中ですが、どこにも出かける予定もないのにおいしい和菓子でも買って新茶でのんびりとすごしたいと思っています。

宇治市 上村征子さん

いつもありがとうございます。

宇治市 森川和子さん

五月三日の憲法記念日は、「平和憲法」の大切さと黙っていは「平和憲法」は守れないと強く感じた日でした。
木津川市 岡本明子さん

知人の投稿を元氣になさっているんだなあと思いがら読ませていただいています。

久御山町 中村都子さん

連れ合いがコロナに感染して一カ月。思ってた以上に長引いて二人共に年齢を実感した毎日だった。やつと日常を取り戻す事が出来て健康に感謝する日々。お互いにオーバーワークにならないように気を付けながら楽しい老後を送りたい。

城陽市 江上淳子さん

私も5月号の濱田様と同じで抜歯1本の歯を全部抜いてしまうのではなくまだ残せる所があるからと半分にして残して下さった平田先生。治療して下さり私も今でも残っております。平田先生ありがとうございます。しました。

城陽市 村田義孝さん

「衆院3補選、自民全敗！」重苦しかった長い夜がようやく明けそうな曙。徐々に日が差してきたような。今頑張らねば、いつ頑張る?! ゑな 声が聞こえそうです。

宇治市 木下節子さん

花筏 母と歩合せ 木住

お琴弾く 花すみれ胸

輝かせ 花の舞 バイクの音に

飛び起る 脳梗塞 メス入れずすみ

くず湯とく

精華町 酒井幸男さん

映画「オツペンハイマー」を妻と見に行った。ナチスドイツが逸早く核分裂実験に成功したために米国もオツペンハイマー王中心にロシアアラモスで原爆完成を急ぐ。科学の進歩と無事のジエノサイドとの狭間に苦悩する彼の姿は昔から知っているが、当時は人体への放射能汚染も核廃棄物の懸念もなかったのだから。當時にそのような告発があったのなら、発掘して映画化してほしいと思う。

宇治市 滝林康子さん

GWは自宅でゆっくり過ごす。骨の弱体で腰痛もひどく集中力も欠ける。背中にコルセット着用2ヶ月下半身予防に歩行器使用し近くで買い物、帰宅後は腰痛もひどくベッドに横たわ

る。痛い痛い早くよくなれ!

城陽市 竹村心一さん

市内企業のトイレ清掃を始めて二年が経った。五階建て、二階建て、四階建ての建物の中のトイレを、週に三日続けてきましたが、そろそろ限界を感じてきました。多少のしんどさなら頑張れるが後期高齢者となつた今、体力の衰えは仕方がないかも。何しろ、工場の天井は高く一階毎の階段が長く、清掃道具を持つての昇り降りは辛い。でも、仕事はしたいので、今の自分に合ったものを捜すつもりだ。

久御山町 藤本三枝子さん

突然の出来事。私はいつのアスクラのニュースをハイツの人達に24日に配っています。その日も新婦人の班会の後、配りに行きました。た処、ハイツの9棟の山中山んのお宅に伺いました。するとドアが開いていて中から息子さんらしき人が出て来られました。「貴方は母のお友達の方ですか?」と聴かれました。「実は突然母が亡くなりました。僕は何か何だかわからなくて困

っています」と云われました。その場には警察官の方もおられました。私はあまりの事に 仰天です。すぐに他の仲間知らせなくては:と思い岩佐さんのお宅に行きその事を告げました。又中山さんには宇治の桜井さんと親しくしておられた事を知っていましたのですぐにTELをして知らせあげました。私も81才と高齢ですが、ニュースを配っていると云う事もあるのだなと想いました。

城陽市 宇野信子さん

私もう何年も前から体のご不自由な方たちの要望でご連絡があり次第お家を訪問して髪のカット、整髪をさせて頂いています。その中で特に最近嬉しく勇気づけられたことを一つ紹介させて頂きます。そのお方は八十二才の女性でパーキンソン病を患られていて車椅子生活を余儀なくされていて右手もご不自由です。私は数年前からハーモニカクラブを七・八で結成し何とかこの一人暮らしをされている女性がハーモニカを吹

Satoko の 性と生の おはなし

第9話



GWも終わり、疲れが出てきている頃ではないでしょうか。

この季節は気温も変化があり、体調も崩しやすいかと思いますが、ゆつくりとリフレッシュする時間を取ってくださいね。

さて、今回は「自分で選ぶ」ことについてお話しします。選ぶことと性のお話とどう繋がるのか、そう感じる方もいらつしやるかもしれません。しかし、人は無意識にも毎日さまざまなことを選んでいきます。朝ごはんはご飯かパンか、紅茶かコーヒーか、鶏肉はむね肉かとも肉か、など色々と選択して生活していますね。それだけでなく、行動でも、やる、やらない、または途中でやめる、なども自分で選んでいます。

しかし、もし、これを着なさい、これをしなさい、今すぐ食べなさい、など子育ての中で指示や命令が多い場面もあるかと思えます。全てを選んでもらって、いたら朝が間に合わない、などもちろん日常に不都合が出てくることもありえますよね。ですが、できる限り「自分で選ぶ」経験をさせてあげたいですよね。例えば、お洋服はこれとこれ、どちらにする？など、

まずは二つの選択肢で話し合ってみることから始めてみるのもいいかと思えます。選ぶことの大切さは、性に関する場面でもとても重要になってくるのです。自分のからだは自分だけの大切なところ。その自分のからだや心のこと、自分自身で決める、という

権利を誰もが持つています。自分で選ぶ経験を積み重ねることが、からだも心も健康であることに繋がっていくのです。つまり、自分で選ぶことで、人生の主人公である自分を大切に、それが他者も大切にできることにも繋がるのです。是非、できることから、「自分で選ぶ」を意識しながら暮らしの中で、選択していきたいですね。

声

声

声

木津川市 中野やすこさん

「気がつけば戦争が窓からのぞいていた」そんな気がします。「私たちは憲法で守られているのよ」子どもや孫たちに話続けてきました。「私たちが憲法を守るのではなくて国が守っているのかを見守ってゆくのか」憲法前文と第9条守らせよう。日米安保条約第6条に基づく合衆国軍隊の地位協定「さまざまな問題すべて許せない。止めたい。体力も気力もない私ですができることを具体的に教えてください。」

宇治市 桜井千春さん

友人が突然逝ってしまつた。5月には学生時代の仲間と会う約束をし楽しみにしていたのに…。夫と母を介護し見送りながら障害児教育に力を注ぎとにかく真直ぐな一筋の人だった。こ

の3月にそうした長い実践の日々にひとまずキリをつけ落ち着くことで今までの蓄積してきた成果もまとめたかっただろうに…。逝ってしまった友との約束・植物園に行けば会いに来てくれるかもしれない。

宇治市 小林孝企さん

2024年原水爆禁止国民平和行進「ビキニ水爆被災70年から広島・長崎被爆80年へ核兵器のない世界へ、非核平和の日本の実現を」をスローガンに5月6日東京・夢の島公園を出発。東京↓広島コースの京都の更新は6月21日から26日です。今年の合言葉「ビキニのたたかいのように」体力にあわせて「核兵器のない世界」をめざして歩きましょう。

宇治市 橋本悦子さん

春になったらウォーキングをしようと思い、しばらくは続けていましたが、天気と寒さが交互にありその頃は時々痛んだ足もよくなつて喜んでいましたが今は続けられていません。

2024年度総代会開催 要項

6月23日(日)

午後1時30分～

あさくら診療所ホール

総代定数 120人

2023年決算・まとめ

2024年度予算・方針

役員選任

役員報酬

30周年記念事業

(今年9月で開設30年)

2024年度の総代さんをご紹介します (敬称略)

宇治市

阿川 文子
阿南 房子
荒木 美智子
有田 紀子
伊賀 敬子
池田 三砂子
植田 友子
梅田 昌枝
大河 直幸
大沢 昌司
大八木 賢治
荻野 幸夫
神谷 陽子
陰山 幸
笠原 敏子
川島 桐江
川辺 眞佐子
北村 一之
木下 節子
木下 典子
木村 房子
楠本 則子
桑原 志保子
小林 純子
坂口 智子

総代定数 120人

坂本 房雄
四宮 守
関河 久美子
尊田 みや子
滝林 康子
竹中 佳子
田中 聖子
谷上 晴彦
高井 健
谷口 義一
谷口 誠一
玉井 百代
田村 謙二
千田 陽子
辻 厚子
道明 佐喜子
長廻 千春
中林 真由美
中原 忠雄
成清 義之
西 研吾
西 埜和代
西山 正則
山 栄治

萩原 狭間
樋口 平田
福塚 堀岡
松井 的場
水谷 宮本
向野 村田
森 山口
山口 山坂
山崎 山田
山本 山本
吉川 和田
渡辺 城陽市
飯田 糸井
寿樹 良子
晶久 とみ
千鶴子 美和子
瑠璃子 和夫
邦恵 典子
みつ子 幸子
将美 芙美子
陽二 良子
匡 信人
和代 町子
恵美子 宏則
澄子 孝一
久美子

伊藤 岡本
開沼 加藤
片岡 河端
北村 金加
久木野 語堂
小林 佐藤
島元 関根
谷口 所
中辻 西濱
田元 藤本
堀江 牧野
光久 宅村
三山 山村
邦子 やすよ
恭子 明美
真二 允子
勝 和加子
一美 辰文
静子 典美
真理子 治男
公洋 美紀
政美 倫子
あつ子 清
正美 幸男
節子 道太郎
勉 紀美子
重裕

久御山町
内田 公昭
公庄 昭子
藤本 三枝子
府南部
今西 利行
岡本 亮一
尾野 芳夫
谷田 操
花田 善臣
福本 良樹
宮嶋 良造
横山 栄二
京都市・その他
赤毛 宏
石川 和司
稲田 康志
上坂 光彦
佐藤 良太
中村 真二
堀川 武広
溝江 清美
村主 新
吉田 眞佐子

近年子どもの虫歯は仕上げ磨きを行うなどしている成果でほとんど虫歯は減ってきています。しかし大人の虫歯は減っていません。大人が虫歯になりやすい部位の一つは、歯と歯茎の境目です。歯は本来硬いエナメル質でおおわれていますが、歯周病や加齢により歯茎が下がり歯の根の部分が露出しやわらかい「セメント質」や「象牙質」が出て来ます。その為虫歯になりやすいのです。歯のくいしばりや歯ぎしりをする人は要注意です。圧力で歯と歯茎の境目が壊れて、歯茎の根元が露出し、虫歯になりやすいです。また、治療をした歯の詰め物の間から虫歯が出来ることもあります。すでに神経を取る治療をした歯は虫歯が進行しても痛みはありません。詰め物がとれた部位は、歯の柔らかい象牙質なので虫歯が進行しやすいです。詰め物が取れたら痛みがなくても歯科で治療をしましょう。

さぽーと ゆう・ゆう・ゆう(訪問介護)ヘルパー募集

- 介護福祉士・介護職員実務者研修資格
- 自転車・バイク移動が可能の方
- 1日、1時間からでも可能です。
- 時間給 1200円～ (定期昇給あり)
- 0774-54-5055 所長 小野るい子まで



歯周病の予防を!!

に合った歯の磨き方、歯ブラシ、歯間ブラシなどの補助用具を確認しましょう。

定期的な歯科受診で歯周病のチェックを
あゆくら診療所歯科 歯科衛生士 金澤芽衣