

廿日市市制施行25周年記念

オリジナル フレーム切手 販売中！

問合せ 日本郵便(株) 中国支社 郵便局本部 営業部
☎082 (224) 5991

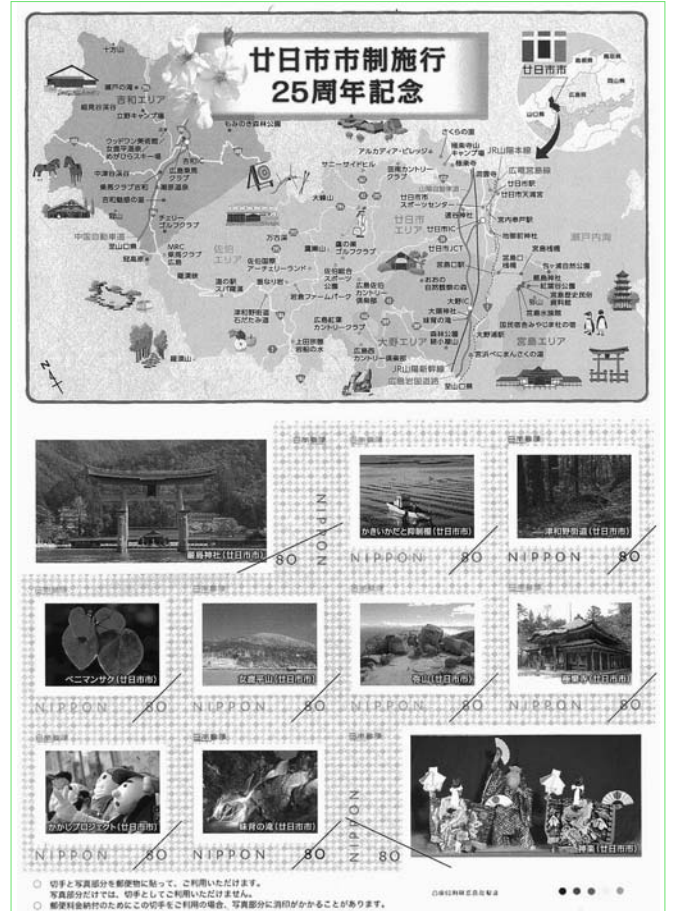
廿日市市制施行25周年を記念し、市内の観光名所などを題材にした切手が発行されました

販売部数 1,000部 (予定)

販売価格 1シート1,200円

販売郵便局 廿日市市、広島市安佐南区、安佐北区、佐伯区、大竹市、安芸高田市、江田島市、安芸太田町、北広島町の全郵便局 (簡易郵便局は除く)

※1シート80円切手×10枚。シート単位で販売



口腔ケアの必要性

定期歯科健診の必要性

歯や歯ぐきなどの口の中の病気が早期発見、早期治療、予防が大切だと言われています。それらの病気が痛くなってからでは手遅れになっているケースもあるため、悪くなる前に手を打つ必要があります。

定期的な口の中を検査することで、以前との変化を知ることができ、口の中の健康状態も保たれ、歯や歯ぐきを丈夫に長持ちさせることができます。

定期健診で分かることはそれだけでなく、舌や粘膜などもチェックするため、口の中にできるガンなどに変化する前の段階の病気を発見する事もまれに

あります。

定期歯科健診で実施される検査項目

ここでは検査項目の一例を説明します。なお、歯科医院によって実施される検査項目は異なることがありますので、詳しくは問い合わせてください。

①口腔内診査

肉眼で歯、歯ぐき、舌、粘膜などの口の中の組織を確認していきます。歯はミラーなどを使って確認し、気になるところや見えにくいところは、レントゲンで撮影する場合もあります。歯ぐきはプローベという歯と歯ぐきの溝の深さを測る道具で歯ぐきの崩壊度を確認します。舌

や粘膜は肉眼での視診・指などでの触診で変化を確認します。

②クリーニング

歯の表面や、歯と歯ぐきの境目、歯ぐきの溝の中についている汚れや歯石は、虫歯や歯ぐきの病気の原因となる菌の巣であるため、これを専用の器具で除去していきます。

③指導

汚れが沢山ついていたり、歯をチェックして、歯ブラシの当て方やその他の清掃器具(歯間ブラシ・糸ようじなど)の使用による汚れの取り方を指導する事もあります。

④最終チェック

汚れを取り除いた後にもう一度歯や歯ぐきをチェックして、虫歯の有無や汚れの取り残しがないかを確認します。ここで何もなければ定期健診に移行しますが、何か異常が発見されれば治療し、健康な口の状態にした後、定期健診に移行します。

まとめ

歯科治療により、虫歯や歯ぐきの病気が改善しても、それらの原因菌は定期健診をしていかなければ減少しません。定期健診は口の健康を持続させ、再発を防止する事であり、全身の健康の維持増進にもつながると確信しています。



佐伯歯科医師会
そだ・けんじ
曾田 憲司先生

なるほど!!健康講座
問 廿日市市保健センター
☎01610

みんなが 手を つなぐために

問合せ
人権・男女
共同推進課
☎09136

インターネットと人権 —暮らしの中のインターネット—

インターネットは今、わたしたちの暮らしの中で多様な役割を果たすようになりました。例えば、さまざまな情報を家に行かずに簡単に収集できますし、役所などに行かなくても各種申請書を手に入れたり、提出したりすることもできます。また、情報を収集することばかりではなく、ブログやツイッターなど、自分の思いを発信し、多くの人との交流を図ることもできます。

使い方を誤ると

こんなに便利で私たちの暮らしを豊かにしてくれるインターネットも、使い方を誤ると、とんでもない道具にもなります。実際にこんなことがありました。

『今日、学校で嫌なことがあった。どうしてもイライラがおさまらないので、気を紛らすためにインターネット掲示板に友達の名を書き込んだ』。

この軽はずみな書き込みが、不特定多数の人の目に触れ、不確かな情報が、あたかも真実のように伝わります。一度流れ出た情報は、たやすく消し去ることはできません。それがエスカレートして、深刻ないじめにつながることもあります。

何より、悪口を書かれ、それが広がってしまった子どもがどんなに傷つくか、想像するといたたまれない気持ちになります。

インターネットの書き込みは、子どもたちだけではありません。軽い冗談やいたずらでは済まされない内容や、不確かな情報、差別的表現、人格を否定してしまう表現など、残念ながら数多く見られるのが現実です。

思いやりと責任のある利用を

インターネットは、人と人をつなぐ大切なコミュニケーションの道具の一つですが、実際に顔を見て、その人の表情を感じながら話をするのとは違い、相手から直接感じ取るものがあります。そのため、ちょっとした表現が誤解を招かないよう言葉を選ぶなど、思いやりを持ったものにしたいものです。

インターネットの利用にはそれによって生じるリスクや社会的責任、法的責任を自身が負わなければならないのです。そのため人に大切にするマナーが必要なのです。

特に、まだまだ十分な判断力が備わっていない小・中学生がメールやインターネットで通信する場合のルールとマナーについて、ぜひ家庭で話し合うと共に、社会全体で見守る必要があるのではないのでしょうか。

お互いの顔は見えなくても、インターネットでつながっている先には心を持つ人がいるということをお忘れなくください。

もし、インターネットによる事件事故に巻き込まれそうになったり、巻き込まれたら、すぐに相談しましょう。

■全国共通人権相談ダイヤル(法務局内)
☎0570(003)1110
■常設人権相談所(広島法務局廿日市支局内)
☎01614

この欄は、市民と市職員で構成する「広報人権問題シリーズ編集委員会」が編集しています