



伝家の宝刀



歯科医師 渡邊 正巳

小噺をひとつ紹介します。
欧米社会でのパーティ・ジョークの定番だそうです。

沈没した客船の救命ボートで誰かが犠牲にならないと全員が死ぬという極限状況が生じた。英国人には、「あなたこそ紳士だ」というと肅然と飛び込んでいった。米国人には「あなたはヒーローになれる」というとガッツポーズで飛び込んだ。ドイツ人には「これはルールだ」というと納得した。日本人には「皆さんそうしていますよ」というと慌てて飛び込んだ。

(寺島実郎「主体的日本とは何か」より引用)

これは国民性をからかう笑い話ですが、一面の真理を含むのもまた事実だと思います。この国民性そのものは良いとも悪いともいえず、価値判断は状況によって変わらざるを得ないでしょう。

先頃、厚生労働省は2009年の国民健康・栄養調査の結果を公表しました。その一項目として「**歯の健康に関する状況**」があり、その中で「過去1年間の専門家による支援と定期管理の状況」の調査結果がまとめられています。その一部に次のような記述があります。

過去1年間に歯石除去、歯面清掃を受けた者の割合は、60歳代で45.8%であり、平成16年に比べ1.3%多くなっている。過去1年間に歯科健診を受けた者の割合は、60歳代で41.4%であり、平成16年に比べ、2.7%多くなっている。

歯石除去・歯面清掃・歯科健診を受ける人は、60歳代以外の年代ではもっと少なく、つまりは半数に届かず、まだ少数派ということ。この三者は歯を守るために、いくら言葉を尽くしても尽くしきれないほど重要であり、だからこそ生協歯科でも皆さんにお勧めしています。

調査結果によれば、歯石除去・歯面清掃・歯科健診を受ける人の割合は増えつつあり、いずれは50%を超え、多数派となることが期待できるでしょう。

そのとき、私はこの三者の重要性を説明した後、「**伝家の宝刀**」を抜くでしょう。「**皆さんそうしていますよ**」と。



診療時間

曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30~11:30	13:00~16:30	17:30~20:30
水曜日	8:30~11:30	第5のみ午後も診療 (13:00~16:30)	
土曜日	8:30~11:30	13:00~16:30 (第5のみ午前の診療)	

矯正診療日・・・毎週木曜日の夜間、第2・第4土曜日

急患の方へ

*電話をまずお願いします。

空いている時間帯と患者さんのご都合で時間のご案内をさせていただきます。

1月号

第137号 2011年1月1日

発行 / 医療生協さいたま

生協歯科

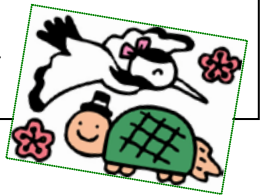
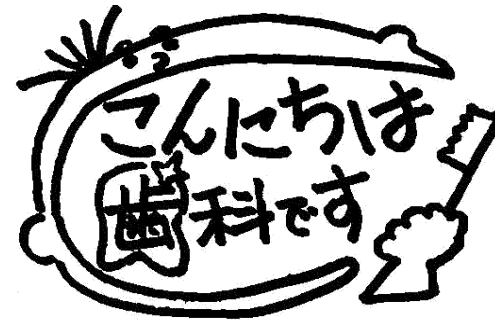
〒336-0926 さいたま市緑区東浦和6-16-1

(外来予約受付) TEL: 048-810-6100

(2階事務室) TEL: 048-810-6101 Fax: 048-810-6103

Eメール sika-j@mcp-saitama.or.jp

ホームページ <http://seikyo-shika.com/>



2011年もよろしく お願いいたします!!

組合員のみなさま、新年あけましておめでとうございます!!

今年もよろしくお願ひいたします。

昨年もたくさんの組合員のみなさまのご協力をいただき、さまざまな行事・催し物を開催することができました。

地区開催では定番になりつつある『こども保健教室』『にこにこウォーク』『平和のつどい』・・・そして支部では『医療懇談会』『健康まつり』『サークル教室』『くらしの学校』『健康チェック』『ウォーキング』などなど、数えきれないほどの楽しい行事活動がありました。



生協歯科が移転して5年目の今年は、より多くの組合員・地域住民のみなさまのお力を借り、そして期待に応えると同時に、たくさんの方のみなさまの『お口の健康』に貢献できるよう、頑張りたいと思います!!



こどもの歯ってどうするの？



歯科衛生士 伊藤 政子

昨年数回の親子で参加するサークルで班会が開かれました。1歳から3歳前後の親子のサークルです。その中で出された質問を紹介します。

Q. いつから歯を磨くのですか



基本的には生後6ヵ月前後に下の前歯が顔を出します。最初はガーゼで拭き取る方法でも良いと思います。お子さん専用の歯ブラシをお子さんが磨いてもいいですが、しっかり磨けないのは当然です。歯ブラシに慣れる意味・習慣が目的です。真似が大好きな時期、親子で一緒に磨くなど楽しく磨ける工夫も大切です。

動きながら口にくわえているのは、のどを刺す危険があるので充分気をつけてください。

歯の本数が増える1歳前後になったら、乳幼児専用の仕上げ磨き（歯ブラシ）で保護者が磨いてください。一日一回は仕上げ磨きを習慣づけてください。小学校の低学年ぐらいまで続けてください。

Q. 泣いても磨くのですか

歯を守るためには泣いても磨くことが良いと思います。考え方によっては 押さえて磨くと逆効果だと報告をしている小児歯科医もいます。

仕上げ磨きは頭を固定し指で唇を押さえ、頬は指を入れ開いて歯がどこにあるか確認をしながら、歯肉など粘膜を傷つけないようにして磨きましょう。



1歳を過ぎると3回の食事を摂り、3歳ごろには乳歯も生えそろう大人と近い食事を摂るようになります。6歳をすぎると永久歯へと生えかわります

子どもからお年寄りまで一生を通じて口腔の健康を維持させるお付き合いができればと考えています。

組合員活動だより



新春の喜びを祝い、健康づくりの輪をひろげ、築きあげた宝を次世代に伝える年にしましょう!!
生協歯科地区 地区理事：浅子幹夫

組合員の皆様、明けましておめでとうございます。本年は生協歯科リニューアルオープンから早いもので5年目ということになります。今年健康まつりは、地区として節目でもあり盛大にやりたいものです。

皆様方の末永いご健康をお祈りいたします。

尾間木北支部：米岡淳夫

大牧支部は、健康ひろば・書道教室・ヨガと三つのサークル教室をそれぞれ毎月2～3回開催しています。また、楽しい企画も検討中？です♪

今年もたくさんの方のご参加・ご協力宜しくお願いいたします。

大牧支部：増田久子

初夢はみんなが健康で笑って一年すごせること。医療生協も応援しています。

美園支部：青景雅子

あけましておめでとうございます。一年があっという間に過ぎてしまいました。生協歯科地区では年に2～3回企画している『にこにこウォーク』の他、『友遊（ゆうゆう）クラブ』・書道・フラ・社交ダンス・ヨガ・小物づくり・・・

と毎月定期的に開催しているサークルがいろいろあります。ぜひ私達の仲間に入って一緒に楽しみませんか？お待ちしております！

本年もよろしくお祈りいたします。

浦和南支部：徳長政子



あけましておめでとうございます。昨年は念願の『くらしの学校』を開校し新しい結びつきもできました。この絆を大切に、いっしょに健康で楽しい支部づくりをめざしていきたいと思っております。

浦和南東支部運営委員一同

新年あけましておめでとうございます。

組合員の皆様にとって良き年でありますように。

そして、生協歯科も移転開設5年目・・・より一層の躍進をする年でありますよう、お祈り申し上げます。

大谷口支部：門間克子



ボランティア真珠の会

毎月第2土曜日9時30分から『ボランティア』をしております。植木のお手入れ・草取り・本棚の整理・治療に使うエプロンや滅菌袋切りなど、どなたでもできる作業です。ぜひお手伝いください!!



今後の活動予定日：1月15日（土）新年会もおこないます♪

生協歯科1階会議室 集合