



はっする広場をご存知ですか？

大崎町では、子育て中の母親の悩み解消や仲間づくり，乳幼児期の母と子のスキンシップなどを目的として，毎週水曜日に保育士による『はっする広場』を開催しています。

『はっする広場』で子育てを語り合ったり，ふれあい親子遊びを楽しんでみませんか。多くの参加をお待ちしています。

●開催日：毎週 水曜日 ※検診時は，お休みのときがあります。『広報おおさき』の“町のかれんだあ”をご覧ください。

●時間：午前9時30分～午前11時30分

●場所：大崎町保健センター

●持ってくる物：飲み物（水分補給用）

●連絡先：大崎町役場保健福祉課 健康増進係

Tel 476-1111（内線132）担当 松田



歯科衛生士だより

「お口の健康、 見直してみませんか？」

歯や口の「働き」とは何でしょう？いつも当たり前に行っていることを問われると考えてしまいますね。しかし、良く考えてみると、単に食べ物を食べるためではなく、話すこと、表情を作る、食物の入り口という消化器官の一つであるなど、様々な役割を担っています。

何を食べるかによって歯の形は違ってきます。肉食系は平らな歯を、肉食系は肉を引き裂きやすいように、とがった歯を持っています。人間は雑食性ですから、かみ切る歯（切歯・前歯）、引き裂く歯（犬歯）、かみ砕いてすりつぶす歯（臼歯）がバランスよくあります。ですから野菜・肉・穀類とあらゆる物が食べられます。また、歯は隣り合わせ、かみ合わせどうしで支え合っています。もし、歯が一本なくなったらどういうことが起こるでしょうか？支えを失った左右の歯はだんだん倒れ込み、かみ合っていた歯はかみ合わせが悪いために伸び上がってきます。歯一本のことできちんとかむことができず、挙句の果てには全体の歯並びの異常が起こり、身体のパ

ランスも悪くなります。（歯を失った場合、早目の処置が必要になります。）

歯がなくても生きていくことはできます。しかし、人生を楽しく有意義に過ごすためには健康に生きる「ことが大切になってくると思います。口から食べることで…こんな当たり前のことが大切になってきます。点滴やチューブ栄養で鼻から栄養を摂ることもできますが「口から食べる」、「楽しく語らいながら食べる」など、日常当たり前と思っていることは、失った時にその大切さがわかるのではないのでしょうか。そうなる前に一本でも多くの歯を残すことが大切になってくると思います。

フランスのシャンソンに『人生は歯のようなもの』という曲があります。「充実した日々を過ごせるのを当たり前だと思っているけれど、ある時突然、歯も壊れ始める。人生も同じ。難しいことにいくわす、この時になって、その大切さに気づく。そして慌てて救おうと試みる。元通りにすることの難しさのため息をつく。抜かずにすまずには苦勞の連続。まるで人生のように…」
今日から、お口の健康、ちょっと見直してみませんか？