



### 歯の優良児

小川貴紀君  
(下米田小6年)



今年度の「加茂地区歯の優良児審査会」で、市で1位に選ばれた、小川君と坂井さんに話を伺いました。

乳歯の時は、少しむし歯がありました。小さいころは、お母さんに気を付けて歯を磨いてもらっていたし、定期的には歯医者に通い、チェックしてもらい、その都度治療をしていました。  
歯磨きは、朝と寝る前にやっていますが、寝る前の歯磨きをしっかりとやるようにしています。甘い物やお菓子はあまり食べないようになっています。そのおかげなのか、今はむし歯がないです。  
市で1位と聞いて、びっくりしました。これからもむし歯ができないように、気を付けて歯磨きをやってまいります。

坂井祐里奈さん  
(蜂屋小6年)



乳歯の時は、むし歯が1、2本ありましたが、今はありません。3歳くらいまで、あめやチョコレートを食べたことがなかったです。  
小さいころは、お母さんが1日3回歯磨きをしてくれました。今も1日3回歯磨きをしています。特に寝る前は気を付けてやっています。お父さんがするめが好きで、小さいころから食べていたので、あごが鍛えられ、歯並びが良くなったのかもかもしれません。  
市で1番に選ばれ、本当にびっくりしたけれど、うれしかったです。これからも、しっかりと歯を磨いてまいります。

### 口全体の健康を考えることが重要

加茂歯科医師会長 中島康則さん

昔は、むし歯が何本あるかが口の健康のバロメーターでした。しかし、現在は、歯だけでなく、歯を支えている歯肉、骨などを含めた口全体の健康を考えることが重要です。

口の健康で、日常の食生活は楽しく送ることができます。もし、前歯が汚かったり、抜けていたりしたら、しゃべることも笑うことも気になつて、気持ちに及ぼす影響も大きくなります。また、しっかりとむし歯が老化の防止につながる事が分かってくるなど、口以外への影響があることが証明されています。

こうした中、市では各世代の健診が、ここ3、4年でかなり整備されてきました。県下でも、特に美濃加茂市においては、充実した健診体制が

整っていると思われれます。今年度は、新たに「妊婦歯周疾患健診」を始めることができ、全世代に対するサポート体制が整いました。

市民の皆さんには、こうした健診を大いに利用して、口の健康維持と健康の大切さを理解していただければと思います。市と歯科医師会では、サポート体制を充実させ、さらなる口の健康を追求していくことに努力したいと考えています。



▲口の健康について、熱く語る中島さん

### 休みの日でも安心

### 休日歯科診療を行っています

加茂歯科医師会では、日曜日、祝日、年末年始の午前9時から午後3時まで、休日歯科診療を行っています。毎月1日号の広報紙に当番歯科医療機関が掲載されていますので、ご利用ください。