

「おくち、あーんして」

5歳の誕生日を迎えて、一人前になってきた息子が突然言い出してきた。さては、保育園で何かしてきたな。

「はい、あーん」

洗いものの手を止めて、少しだけしゃがんで、口を大きく見せてあげる。

「あー、むしばだー。はみがきしないとだめなんだよー」

楽しそうに、のぞき込みながら言うてくる。

そういえば、今日は歯磨きの練習があるって言うたっけ。

「えー、むし歯あるかなー」

「こことー、こことー、4こもあるよー」

真剣な顔をして、適切なことを言うてくれる。

「そっか、歯磨きしないね」

適当に相づちを打ちながら、袖をまくり上げ、スポンジに洗剤をしみ込ませる。

大人は忙しいのだ。

「ディライノはむしばあるかなー」

今度は恐竜のぬいぐるみを相手にし始めた息子を横目にふと思つ、そういえば、最後に歯医者さんに行ったのはいつだっけ。

定期健診のハガキが届いたけれど、つい、放っておいてしまった。

歯医者、行ってみようかな。

歯

医者さんに行った方がいい。分かってはいても、なかなか行けない……。

そんな人、多いのではないだろうか。

6月4日は6(む)と4(し)の語呂合わせで、『むし歯予防の日』と言われています。

また、6月4日～10日の1週間は『歯と口の健康週間』です。

日本人の平均寿命は、男性は81歳、女性は87歳と、世界でもトップクラスの水準。

長く健康で、生活に欠かせない「食べる」「話す」「笑つ」を維持するには、歯と口の健康管理がますます重要になります。

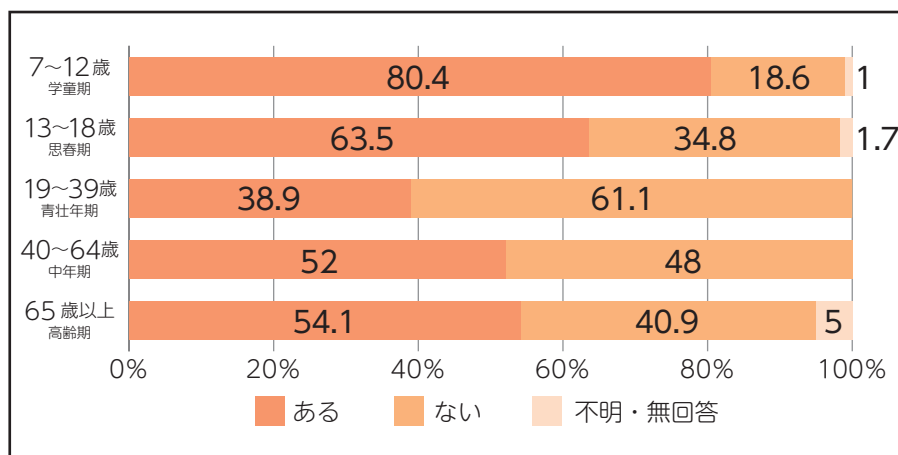
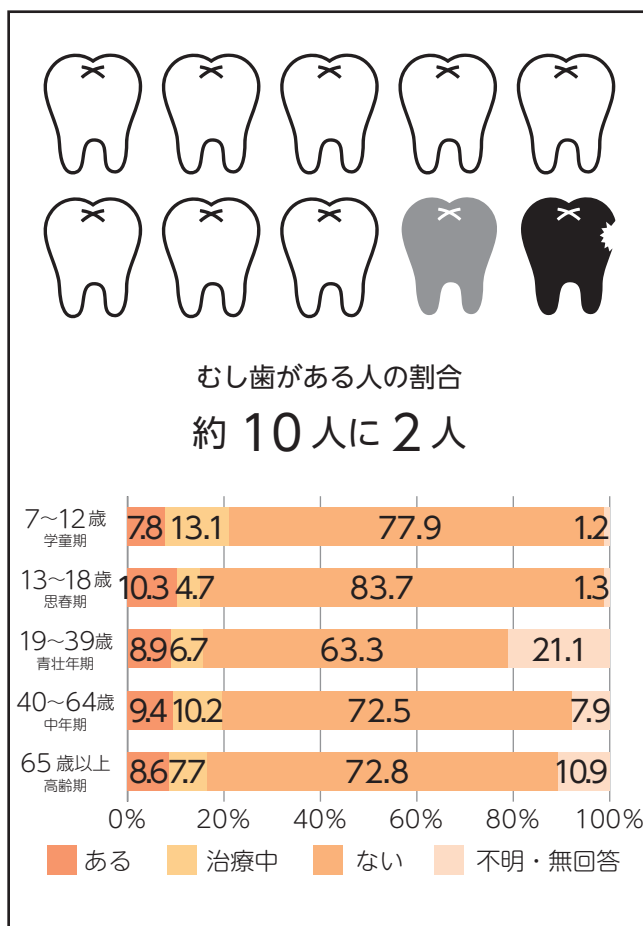
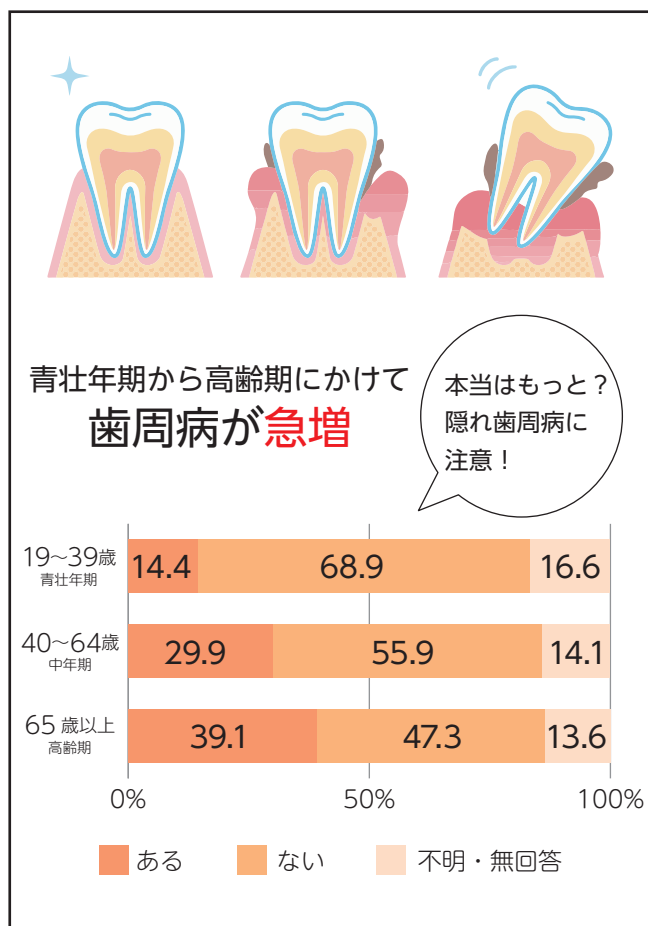
ライフステージが進むにつれて、生活習慣も変化しますが、自身の健康への意識を保ち続ける必要があります。

自らの歯と口の健康管理には、「予防」と「早期発見」が大切です。

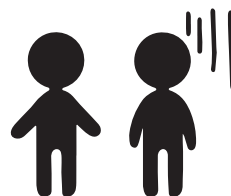
日頃のセルフケアはもちろん、少なくとも年1回は、口の中の状態を歯科医院で診てもらいましょう。

今月の特集では「歯」と「口」の健康について紹介します。

高萩市の歯と口の状況 (参考：健康たかはぎ21 (第3次)市民アンケート)

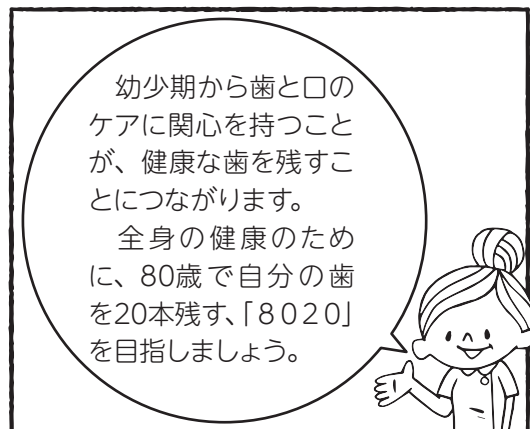


過去1年間に歯科健診を受けた人の割合



特に青壮年期で
半分以下

※小数点以下端数処理のため合計が100%にならないことがあります。



■問合せ 健康づくり課 ☎24-2121

定期的に歯科健診の受診率は、学童期・思春期が高い一方、青壮年期では低くなっています。

さらに、歯周病は症状が進むまで気づきにくいいため、実際は、より多くの人が歯周病にかかっている可能性があります。

また、歯周病は、青壮年期から高齢期にかけて増加する傾向があります。

しかし、むし歯を治療していない人も一定数見受けられます。

現在むし歯がない人の割合（治療済を含む）は、世代を問わず半数を超えています。

本市の歯と口の状況は