



生活習慣を見直すこと…

曾於郡歯科医師会 山本歯科医院 山本 照子氏

「毎日、ちゃんと歯を磨いているのに…またむし歯になって…」とよく聞かれますが、果たして歯みがきだけしてあればむし歯にならないのでしょうか？

多くの方が経験しているむし歯ですが、治療してもまたむし歯になるのには原因があるはずです。まずは、むし歯になった原因を探ること…

1 食生活習慣…特に甘い飲み物や食べ物の与え方はどうだったでしょうか？

2 歯磨き習慣…食後の歯磨き、おとなによる仕上げ磨きをしていましたか？

3 フッ化物物の応用…フッ素入りジェルやスプレーを活用していましたか？

4 よくかむ習慣…ゆつくりよくかんで食べる習慣はどうでしたか？

など、ほかにもいろいろあります。

特に、子どもの場合は治療ができる年齢に限られます。治療が困難な幼児の場合、治療よりも生活習慣の改善が優先です。また、歯科医院に慣れることも治療にあたっては大切なことの1つです。生活習慣を見直すこと…それは一生を通じた健康づくりの基といえます。

**地デジへの完全移行が近づいてきました。
地デジ受信、早めの準備をお願いします。
2011年7月24日までにアナログ放送は終了します！**

11月の子牛せり市成績

曾於中央家畜市場(11/24～11/27)

地区名	性別	頭数(頭)	最高額(円)	kg単価(円)	平均価格(円)
曾於市	メス	347	936,600	1,253	329,960
	去勢	415	681,450	1,439	425,713
	計	762	936,600	1,360	382,109
曾於地区	メス	720	936,600	1,222	325,177
	去勢	862	694,050	1,421	423,444
	計	1,582	936,600	1,338	378,720

1月のせり市は、1/26～1/29の予定です。

※価格は税込です。