# 健康コラム

Vol.43

## 洗口剤の使用方法をご存知ですか?

保健福祉課健康増進係　歯科衛生士

洗口剤には、歯みがき前に使用する液体歯みがき剤として使う場合と、歯磨き後に使う洗口剤の2種類があります。

### 歯みがき剤としての使い方

直接歯ブラシにつけるとたれやすいので、容器に適量入れて歯ブラシや歯間ブラシを浸けながら使います。

または、歯みがき前に適量を口に含み歯垢を分解させた後、歯みがきをします。

### 歯みがき後に使う場合

歯みがき後に、適量を口に含んで口の中全体に行きわたるようにブクブクうがいをすると細菌の増殖を防ぎ、歯肉炎や口臭予防になります。

また、「フッ化物洗口剤」は、歯の質を強くする働きがあるので4歳～15歳まで継続して使うとむし歯予防になります。

コマーシャルでは、うがいするだけで歯垢を除去できるように聞こえますが、表面だけにすぎません。歯垢は、歯ブラシや歯間ブラシで機械的に清掃をしましょう。

洗口剤は、メーカーによって、薬用成分や効果が異なりますので使用法を必ず読んで使いましょう。

**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

曽於中央家畜市場（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） |
|---|---|---|---|---|---|
| 曽於市 | メス | 375 | 1,105,650 | 1,411 | 369,575 |
| | 去勢 | 392 | 640,500 | 1,436 | 419,585 |
| | 計 | 767 | 1,105,650 | 1,426 | 395,134 |
| 曽於地区 | メス | 824 | 1,105,650 | 1,385 | 365,598 |
| | 去勢 | 905 | 640,500 | 1,438 | 422,684 |
| | 計 | 1,729 | 1,105,650 | 1,417 | 395,478 |

1月のせり市は、1／25～1／28の予定です。

※価格は税込です。