

ひかり歯科医院 院長

■洗口液と液体歯磨き

洗口液とは、デンタルリンスやマウスウォッシュのことです。洗口液と液体歯磨きはどちらも口に含んで20〜30秒、ブクブクうがいをするもので、同じものと思われがちですが、実は違うものです。

洗口液は普通のブラッシングのあとに仕上げとして使用し、どうしても歯磨きできない場合にも使用できます。液体歯磨きは、うがいの後にブラッシングを行う研磨剤の入っていない歯磨き粉です。

これらは、消毒と爽快感を求めるためにアルコールが含まれている商品が多いです。刺激が強すぎる場合やアルコール過敏の方は、アルコールの含まれていないものや低刺激のものをお勧めします。また、薬用成分を含まない「化粧品」と薬用成分を含む「医薬部外

Goto Hiroki 後藤 拓樹



品」がありますが効果に大きな違いはありません。味や香りでお好みのものを選びましょう。

いずれにしても、虫歯や歯周病の原因となる歯垢は機械的にこする、つまりブラッシングしないと落ちませんので、液体だけではきれいになりません。時間が経過した歯垢は固くなって歯石となります。ブラッシングでは取れないので、かりつけの歯科医院で定期的にクリーニングしましょう。

白石歯科医師会では日曜、祝日に健康センター2階で休日診療を行っています。歯周病検診も行っていますのでご利用ください。

「こころ診療所」

所長 菅井隆広

「診療所でインフルエンザの注射うったけ？」

「うってね」

「なんでうだねえんだ。うってもらえ」

「だってお注射こえ」

「石山さんがやさしく打ってけっからしんべえねえよ。テクニシャンだから、むしろ気持ちいいって。それに、インフルエンザにかかったら熱出て大変だべ」

「んじゃうってもらうべか」

「んだ。今年からワクチンが3個から4個に増えたっていうしな。効果も抜群だ」

「なんでそんな難しいこと知ってんだ？」

「ま、そだなこと気にすんな」

「でも、お金もかかんじゃねえのか？」

「でも、インフルエンザにかかったらその薬にお金かかるし、家族にうつっても大変だべ」

「そだな。ところでいつ打つのがいいんだ？」

「うってから効くまで2週間かかるみたいだから11月、12月にはうったほうがいいんじゃねえか。はやいことにはこしたことね。」

「んじゃ、はやくいくべ。」

「いくべいくべ。めだかも大きくなっ

たかみてみっぺ」

という会話があらちちらであるかもしれませぬ。みなさん、診療所お待ちしております。

お知らせ

11月8日は「いっ歯の日」

歯医者さんに行こう！

放っておかないでこんな症状！

- 歯がズキズキする
歯が動く、ぐらぐらする
歯がしみる
入れ歯があたって痛い
噛むと痛い 歯が浮く
入れ歯がこわれた
歯ぐきのはれた 血が出る
膿（うみ）が出る
口内炎などができた
つめ物・かぶせ物が取れた
飲み込んだ
口臭が気になる
歯が欠けた、折れた、抜けた
口が開きにくい、あごを動かすと音がする
診療所では、平日午前10時から午後5時までの間、このように症状に心当たりのある方は、早めに受診しましょう。
お問い合わせ
七ヶ宿町国保診療所
☎(37) 2002

自衛官候補生男子募集

- 資格
18歳以上27歳未満の方
受付締切

陸上自衛隊高等工学校 生徒募集説明会開催

- 11月30日(月) 必着
試験期日
12月5日(土) 又は12月6日(日) のいずれか1日
募集人員 約50名程度
お問い合わせ
大河原地域事務所 JR大河原駅前オーガビル1階
☎0224(53) 2185

- 日時 11月15日(日)
第1回目午前10時〜(受付午前9時30分)
第2回目午後1時〜(受付午後12時30分)
場所
JR大河原駅前オーガビル1階
自衛隊大河原地域事務所内
お問い合わせ
大河原地域事務所 JR大河原駅前オーガビル1階
☎0224(53) 2185

「小十郎ランニングフェスタ」開催

- 日時 11月23日(月・祝)
場所
白石川緑地公園陸上競技場
内容
ホームページの募集要項を

放射線・放射能に関するセミナー開催

- 12月5日(土)
午後1時30分〜3時30分
(開場は午後1時)
場所
大河原合同庁舎2階201会議室
講演テーマ
放射線の影響と健康に生きていくために(仮題)
講師 宇野 賀津子 氏
(公益財団法人ルイ・パスツール医学研究センター基礎研究室長)
参加方法
受講料 無料
申込・お問い合わせ
http://www.ab.aunone-net.jp/~srk/
shiroishirikukyou_
miyagi@yahoo.co.jp

第67回行財政研修会

- 宮城県原子力安全対策課
☎022(211) 2340
FAX 022(211) 2695
メール
gentaij@pref.miyagi.jp
日時 11月20日(金)
午後2時開演
場所
仙南芸術文化センター
「えずこホール」
演題
「異常気象とその影響」
講師 村山 貢司 氏
(気象予報士、(財)気象業務支援センター・専任主任技師)
入場料 無料
お問い合わせ
仙南地域広域行政事務組合総務課
☎0224(52) 2628

仙南地域職業訓練センター「クリスマスケーキ教室」参加者募集

- 講座名
パティシエと作るクリスマスケーキ
申込・お問い合わせ



はみだし ケイジ

このコーナーでは、編集の都合上、載せなかったけど記事に入り切らなかった写真、情報を掲示して紹介するコーナーです。

西山学院高等学校文化祭では、生徒たちが自らデザインしたTシャツを着て、一丸となり頑張っていました。モザイクアートでポッチョンのオブジェも作成。(関連記事：13ページ)

【お詫び】10月号5ページの教材用タブレット購入事業の事業費は1,084万円の誤りでした。お詫びして訂正いたします。