

# 歯っぴい～すまいる

Miyako・Shimohei-Dental-News

宮古保健所・宮古市・山田町・岩泉町・田野畑村・川井村

## 第11号

### 歯の衛生週間フェスティバル

お口の無料検診・相談会

日時；6月7日(日)9:00～13:00

場所；マリンコープドラ2階催事場

◇6月5日(金)～12日(金)むし歯予防図画・ポスターを展示。(宮古下閉伊地区の小中学生の作品です。)

### 表彰事業について

宮古歯科医師会では、宮古・下閉伊地区の乳幼児の「むし歯ゼロ」を目指し、その一環として「表彰事業」を実施しております。1歳から5歳における乳幼児の歯科検診時に、検診結果を「むし歯の有無」、「治療済み」をシールで色分けし、それを表彰カードに貼って、就学時歯科健康診査時に「むし歯なし」もしくは「治療済み」のお子様を表彰します。そして、本年度の新入生のみなさんから実際に表彰が始まりました。

お子様の成長と共にお口の健康状態をシールで判断でき、親子で一緒に歯の健康を考えて頂くことができるので、このシールを励みに健康な歯を維持しましょう。

名前	年 月 日生	住所	年 齢	健診日	健診結果
			1 歳	/	
			1.6 歳	/	
			2 歳	/	
			2.6 歳	/	
			3 歳	/	
			4 歳	/	
			5 歳	/	

表彰カード



表彰状



卒園式での表彰のようす(佐原保育所)

### 保護者からのコメント

☆シールの種類によって、むし歯を作らないようにしようとする意識、むし歯があってもそれを治そうとする意識が芽生えてよかったです。

☆シールを貼ることが、励みになるようです。

● かかりつけの歯科医院をもちましょう。

● お口の健康増進のため誕生日歯科検診!!

## 岩手県歯科医師会による表彰のお知らせ

### 1.平成20年度図画・ポスター・標語コンクール

<小学校1～3年の部>

- ・三浦 峻 (有芸小1年)【佳作】
- ・澤村 彩可 (轟木小2年)【佳作】

<小学校4～6年の部>

- ・木村 渚 (亀岳小4年)【佳作】
- ・澤田 萌香 (小国小5年)【佳作】

<中学校ポスターの部>

- ・佐々木明日香 (宮古第一中2年)【佳作】
- ・佐藤 光 (田野畑中3年)【佳作】

<標語の部>

- ・有原 美春 (二升石小4年)【代表賞】

### 2.平成20年度岩手県よい歯のコンクール

☆よい歯のおばあちゃん子コンクール【最優秀賞】

<宮古保健所推薦>

- ・祖母；佐々木美江子 ・孫；緋彩 (岩泉町)

### 3.第7回イー歯トープ笑顔の写真コンテスト

☆3席：有田 勉 (宮古市)

☆佳作：岩城 茂孝 (宮古市) 有田静子 (宮古市)

山口 光子 (宮古市) 岩谷 眞 (川井村)

☆岩手県歯科医師会会長賞；因幡 繁之 (川井村)

(敬称略)

**表彰を受けられた皆さん、おめでとうございます。!!**

## 歯ブラシ いろいろ

### 山切りカットタイプ



歯と歯の間はよく磨ける

### 先端集中植毛 & 段差植毛タイプ



歯と歯の間や奥歯が磨きやすい

### フラットタイプ



オーソドックスな万能型

### 毛先が細いタイプ



歯周ポケットに入りやすい

### ながら磨き (歯を長く磨くための)

10分間、歯を磨くのに時間がもったいない、早く歯磨きを終わらせたいと感じる人は、『ながら磨き』を試してみてください。ながら磨きとは、名前の通り、他のことをしながら歯を磨く歯磨き方法です。歯を磨いている時に、本を読んだり、テレビを見たりするなど、時間を潰しながら歯を磨きます。お風呂に入りながら歯を磨く人もいます。ながら磨きに慣れてくると10分間と言わず、15分、20分といつの間にか時間が過ぎてしまいます。ぜひ、何かと一緒に歯を磨く時間を作って下さい。

### 古い歯ブラシについて

毛先がはねていると歯に上手く当たらず、汚れが落ちないばかりか、歯肉(歯ぐき)を傷つけることもあります。せっかく歯磨きをしても、歯の汚れが取れないばかりか、口内を傷つけたりは、意味がありません。



「歯っぴい～すまいる」をご覧になってのご感想を、宮古歯科医師会ホームページにお寄せ下さい。URLは、<http://www.miyako-da.jp> です。