

目指せ80歳で20本の歯

11月8日はいい歯の日

◎問い合わせ 学校教育課 ☎23-2186

生涯にわたり健康な歯を保つためには、子どものときからのむし歯予防が大切です。今回は、コロナ禍におけるむし歯予防などについて、紹介します。

児童のむし歯罹患本数

本市の令和2年度の12歳児一人当たりの平均むし歯本数は1・58本で、全国平均の0・68本、県平均の0・93本に比べ、むし歯の罹患本数が高くなっています。年々減少傾向でしたが、令和2年度は増加し、県内で3番目に高い状況にあります。

むし歯予防の取り組み

市教育委員会では、市内の小・中学校で歯の保健指導や歯磨き指導、歯科検診を実施。市内小学校のモデル校で、保護者が希望した児童に対し、フッ化物洗口を行っていません。フッ化物は、歯の表面を強くし、むし歯菌の働きを弱める効果が期待されます。



インタビュー



都城歯科医師会
地域保健母子・学校歯科担当理事

稲田 英三郎 さん

むし歯予防には、口の中の細菌を減らすため、丁寧な歯磨きが必要です。また、唾液の中にカルシウムとリン酸が含まれるので、よくかんで食べると効果的です。その他、フッ化物の入った歯磨き剤やフッ化物を併用することで、むし歯菌の活動を抑え、溶け出したミネラル分を歯に戻し、歯を強くすることができます。

コロナ禍でも、日頃の手洗い、うがい、口腔健康管理の励行が大切です。給食や食事の後の歯磨きをしっかり行ってください。給食後の歯磨きスタイルを日本学校歯科医学会が公表していますので、ぜひ、活用ください。



未来のために減らそう！ プラスチックごみ

不適正な処理のため、プラスチックがごみとして海洋へ流出しています。

このままでは、2050年までに魚の重量を上回るプラスチックが海洋環境に流出することが予測されるなど、地球規模での環境汚染が懸念されています。

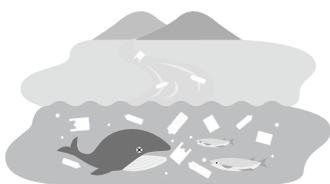
◎問い合わせ 環境業務課

☎24-5560

増え続ける 海洋プラスチックごみ

プラスチックは軽量で形状を変化させやすく丈夫なことから、生活のあらゆる場面で使われています。大量生産されたプラスチックは、

ごみになる量も非常に多く、中には使い捨てやポイ捨てにつながり、特に屋外に捨てられたプラスチックが雨や風によって河川に入り海に流れ出ています。



プラスチックごみを減らすためにできること！

- 買い物にはマイバッグを使用する
- マイ箸、マイボトルを使用する
- 使い捨てのプラスチック製のコップやスプーン、フォーク、ストローの使用を減らす
- ポイ捨てしないで、ルールに従って正しく分別する

使い捨て型社会から循環型社会 に変える4Rの推進

- 4R（ヨンアール）運動とは、ごみを減らし、限りある資源を大切に、環境に優しい社会をつくるため、重要な取り組みです。プラスチックごみ削減のために、4R運動に取り組みましょう。
- リデュース ごみになるものを断る
 - リデュース ごみを減らす
 - リサイクル 再生利用する
 - リユース 繰り返し使う