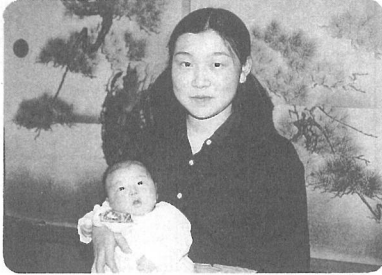


# お誕生おめでとう

4月21日から5月20日まで届け出分



嶋田 雅樹 くん

雅樹はあばれんぼうです。お腹にいた時おとなしかったぶん、産まれてから、ケリ、頭突き、夜泣きに手を焼いています。すこやかに、たくましいスポーツマンに育って欲しいと思います。【田：静代さん談】

氏名	保護者	地区
嶋田 雅樹	政 弘	南 部 2
宮 蘭 好江	博 香	東 町 3
伊藤 未来	和 也	南 川 岸
中村 優和	竜 一	西 町 4
渡邊 佳那	竜 一	上 芝 会
高橋 聖良	堂 太	青 町 3
大坂 美奈	政 崇	本 西
澤登		

## お詫びと訂正

5月号「お誕生おめでとう」コーナーで、次の方の保護者欄に世帯主を掲載してしまいました。お詫びして訂正します。

氏名	保護者
早川 由里	将 弘
小 柳 留美	寿 朗

日	内容
1日	胃がん検診(文化会館)
3日	胃がん検診(文化会館)
4日	胃がん検診(文化会館)
5日	胃がん検診(文化会館)
6日	胃がん検診(文化会館)
10日	1歳6ヶ月健診(文化会館)
11日	発達相談(文化会館)
12日	日本脳炎(横芝小学校)
13日	灰回収
15日	日本脳炎(大総小学校)
17日	日本脳炎(文化会館)
18日	日本脳炎(文化会館)
24日	乳児健診(文化会館)
25日	ツベルクリン反応(文化会館)
26日	灰回収
27日	献血
28日	法律相談(文化会館)

## 6月のこよみ

☆「かむ」ことを忘れた現代人  
あなたはよくかんで食べていますか？健康な歯の場合、ものをかみ砕く瞬間に、自分の体重ほどの力が出ます。しかし現代の食品は軟らかく、あまりかまなくても飲み込めるものが多くなったために、確実にかむ力が落ちているといえます。また、チョコレートやケーキなどの糖分を多く含む甘いものを食べると、歯の周囲の細菌と結びついて歯垢をつくり、虫歯や歯周病の原因となります。これらは歯が抜ける原因になるだけではなく、痛みをかばって変な飲み方をすることで、特定の歯やアゴの関節に無理な力をかけることになり、歯並びやかみ合わせ

### 「かむ」ことは健康への第一歩



6月4～10日は歯の衛生週間

☆歯並びやかみ合わせが悪いと：  
ここ数年、虫歯と歯周病の二大疾患に加え、顎関節症が問題になっていきます。この様な疾患により正しくかむことができないうると、歯やアゴを弱くし、胃腸障害も起こしやすくなります。その他、頭痛や首の疲労、痛み、肩こりなどの症状を起す原因にもなります。

☆ひみこの歯がいうぜ！  
「よく噛む」ことの効用として次の事があげられます。  
①肥満予防  
②味覚の発達  
③言葉の発音がはっきり  
④脳の発達がよくなる  
⑤歯の病気を予防  
⑥がん予防(だ液がよい効果)  
⑦胃腸快調  
⑧全力投球ができる  
このように歯の健康は、人々の元気の源といってもよいと思います。お子さんの時から、生涯を通じて歯や歯ぐきの健康づくりに取り組む、歯の喪失を予防することが人生80年代の健康生活の秘訣です。  
よくかんで食べる習慣を身につけていくようにしましょう。  
環境衛生課保健婦 宇井 教恵

## 休日当番表

とき	内科系	外科系
6月1日	九十九里病院(九十九里町) TEL0475⑧8282 高根医院(芝山町) TEL0479⑦0017	東金整形外科(東金市) TEL0475⑤8002
6月8日	板倉医院(大網白里町) TEL0475⑦6174 原田医院(芝山町) TEL0479⑦0056	駒込クリニック(大網白里町) TEL0475⑦8800
6月15日	今井医院(東金市) TEL0475②0276 伊藤医院(成東町) TEL0475⑤2508	大平医院(松尾町) TEL0479⑨6012
6月22日	日吉台クリニック(東金市) TEL0475③0510 高橋医院(成東町) TEL0475②2450	東葉クリニック(東金市) TEL0475⑤3311
6月29日	西田医院(東金市) TEL0475③1393 石橋医院(成東町) TEL0475②2117	とよだ整形外科(成東町) TEL0475②7800
7月6日	福島医院(大網白里町) TEL0475②4401 鈴木医院(山武町) TEL0475①1002	田波整形外科(東金市) TEL0475⑤2828