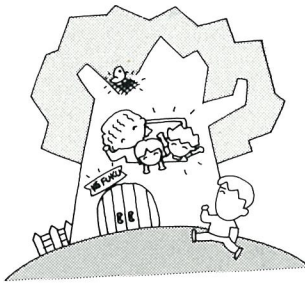


住民税シリーズ

(その1)



県や町などの自治体は、わたくしたちが豊かで健康な暮らしができるよう、日々の生活のすみずみまで広い範囲にわたり、いろいろな仕事をしています。

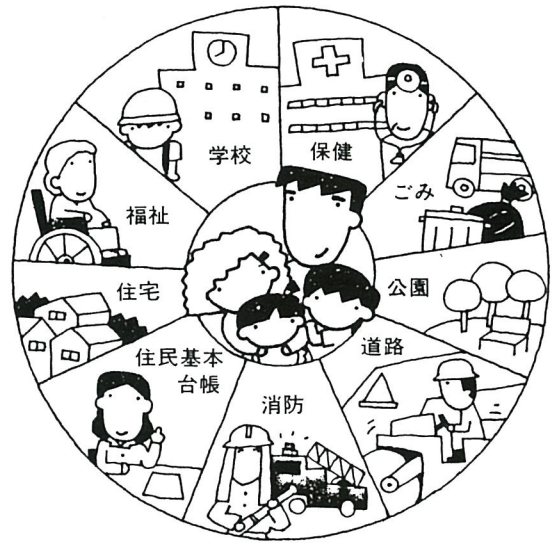
そのためには、たくさんの費用を要することになりますが、この資金はみんなで出し合っていかなければなりません。これが税金なのです。

なかでも、このシリーズでお話しする住民税は、わたくしたちの日常生活に身近なかかわりをもつ県や町の仕事のための費用を、住民がその能力に応じて分担し合うという性格の税金で、いわば住民として暮らしていくために支払わなければならない会費のようなもの

のといえましょう。

わたくしたちは、地方自治体の主人公のひとりとして、住みよい豊かな町づくりに参加するためにも、税金に対する理解を一層深めたいものです。

町のしごと



市町村は、わたくしたちの日常生活に身近で、しかも個人ではできない地域社会に共通するしごとを、幅広く行っています。(つづく)

保健婦メモ

四十歳からの健康管理 ⑥

セルフチェック 歯

六月四日～十日は、歯の衛生週間です。それにちなんで、今月は、歯のセルフ・チェックをとりあげてみました。

食べ物がよくかめない、食事が楽しくないという方がいかに多いようです。年をとるにつれて、どうしても歯を支えている歯ぐきや骨が弱くなり、さまざまな症状が出てくるようです。次のセルフ・チェックをしてみましよう。

- ① 歯ぐきがグラグラする。
- ② 食べ物がかみきれない。
- ③ かんたんに力が入らない。
- ④ 歯と歯の間に隙間ができた。
- ⑤ 歯をみがいた時に歯肉から、血が出た。
- ⑥ 冷たい水や熱いお茶を飲むと歯がいたむ。
- ⑦ 口がくさいと注意された。
- ⑧ 歯がしりするようになった。
- ⑨ 口の中がいつも粘っこく不快。

いかがでしたか。こうした症状がある方は、歯肉に炎症のある証拠で歯が注意

信号を送っています。

アドバイス

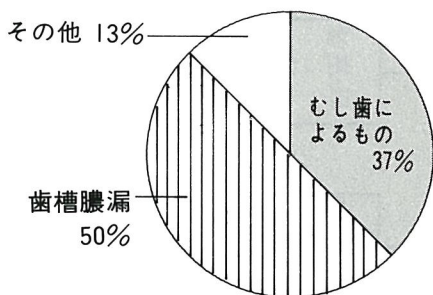
(歯は自然に治りません!)

歯の注意信号を無視して、放りっぱなしにすると、歯の神経にまで炎症が広がります。歯の病気は、食べ物がかめない、おいしくないというだけでなく、胃腸の調子を悪くし全身に悪影響を及ぼします。厄介なことに歯の病気は、一度かかるとどんどん悪くなる一方で自然に治ることはないのです。

歯の健康を保つためには、歯肉とその下の骨を積極的に鍛えることが重要です。それには、歯の汚れをよくとり、いつも口の中を清潔にしておくことが大切です。

口にあつた歯ブラシを選び、食後、忘れずに歯をみがきましょう。

歯を失う原因



電話一口メモ

感度バツグン つつ抜けに注意!

電話機の感度は思ったより敏感。4メートル四方の音声はバッチリ入ります。内輪話などするときは、送話口を手のひらで押えるようにしましょう。大きな声ですと受話口からも声は入ります。ご注意ください。

県民の日

軽スポーツ大会

- ◎ソフトボール 6月16日(日) 南条小学校校庭
- ◎グランドゴルフ 6月30日(日) 光中学校陸上競技場