

新型コロナウイルスに負けない

いま大切なこと、
それはお口の健康です!

自己判断で受診を控えないで!
歯科治療に不要不急はありません

歯科への受診を控え、痛みや腫れなどを放置すると重症化だけではなく全身の健康へも影響します。お口の衛生状態の低下は誤嚥性肺炎になったり、新型コロナウイルスなどの感染症が重篤化したりする可能性があります。

ご家庭で正しい口腔清掃をしましょう。そしてかかりつけの歯科医院での治療と定期的な健診を受けていただくことをお勧めいたします。

歯科医院では新型コロナウイルスなどの感染対策を日々行なっています

いつも通り、歯科医院へ

健口だより

第40号

令和3年2月1日

T E L 0 1 4 6 (4 2) 1 4 8 6
発行所 日高郡新ひだか町静内御幸町3丁目
発行者 日高歯科医師会 山口一史

第40号懸賞クイズ

				5				
7	9	5	2			4	8	
		2		8			3	A
				9	6	C		8
			4	2		3	6	1
	1	B				9	4	
		8	7	4				
			8	1	9	6	7	
D				6	5	E		

解き方

- (1) どの縦1列にも1から9の数字が1個ずつ(同じ数字が入らないように)入る。
- (2) どの横1列にも1から9の数字が1個ずつ(同じ数字が入らないように)入る。
- (3) 太枠で囲まれた3×3のブロックの中にも1から9の数字が1個ずつ(同じ数字が入らないように)入る。

A: B: C: D: E: に
入る数字は何でしょう?

ハガキに答え・住所・氏名・年齢・電話番号を記載して、
〒057-0033 浦河郡浦河町堺町東1丁目5-15
原田歯科医院内 クイズ係 まで

◎正解者の中から抽選で6名の方に音波歯ブラシを差し上げます。

締切 令和3年3月15日(月) (当日消印有効)

※なお応募は一人様一通限りとさせていただきます。ご応募された方の個人情報、応募者の同意なしに第三者へ提供することはありません。

日高歯科医師会登録優良歯科医院

日高町	新ひだか町	新冠町	様似町
日高町立日高歯科診療所	ささじま歯科医院	井上歯科医院	島田歯科医院
土井歯科医院	アムール歯科医院	新冠ファミリー歯科	ファミリー歯科医院
鎌田歯科医院	平野歯科医院	浦河町	えりも町
門別歯科診療所	山口歯科医院	宇毛悟歯科医院	にしかわ歯科医院
森歯科クリニック	中村歯科クリニック	吉川デンタルクリニック	
メイプル歯科トミカワ	田中歯科医院	酒井歯科医院	
平取町	東静内歯科診療所	かつみ歯科医院	
平取歯科診療所	波川歯科	原田歯科医院	
振内歯科診療所	ふなき歯科	堤田歯科医院	
貫気別歯科診療所		青山歯科	

編集後記

新型コロナウイルスの影響により、今年度の発行は一回となつてしまいました。私たち歯科医師も道民の皆様の健康のため、コロナ感染症予防に留意し、日々診療しております。お口や歯のことなどで心配ごとがありましたら、どうぞ「かかりつけ歯科医」にご相談して頂ければ幸いです。今後とも、貴重なご意見・ご質問・ご感想をお待ちしております。

舟木理一
波川義史
原田博也
菅嶋

編集後記

歯科医師会からの 7つのおねがい

1 マスクをしてください

私達は病気をうつさないためにマスクをしています。「他人からうつされたい」と同時に「他人にうつさない」ことを大切にしてください。歯科医師や歯科衛生士から、治療で患者様へ新型コロナウイルスをうつしたという報告は、全国で1例もありません。

2 手を洗ってください

感染予防の基本は手を洗うことです。私達は感染対策の基本（スタンダードプリコーション）を守り、毎日数え切れないほど手を洗います。患者さんのお口を触る時は必ずグローブをします。診療室の中はとても清潔に保たれています。待合室から診療室に入る時は必ず手を洗ってください。歯科医院から出る時にも必ず手を洗ってください。

3 無理をせず、家で休んでください

新型コロナウイルスは、弱った体に入り込みます。体調の悪い時は、外出は控えてください。自分では元気だと思っても、熱がある時や咳が出る時は家で休んでください。私達も体調が悪い時は仕事をしません。お互い思いやりの気持ちで「他人にうつさない」「不快な思いをさせない」ように心がけましょう。

4 うがい・歯みがきをしてください

ウイルスは、口やのどの粘膜に触れただけでは感染しません。正しいうがい・歯みがきによって、感染のリスクを下げることができます。口の中が不衛生だと、誤嚥性肺炎・細菌性肺炎のリスクが上がります。ウイルス性肺炎が重症化しやすいことが知られています。介護現場等での口内環境の悪化は、特にリスクを高めます。命を守るためにも、口の中の衛生が大切です。

5 むし歯を放っておかないでください

むし歯を放っておくと、やがて歯を失うこととなります。噛む機能が足りないと、糖質偏重の食事になりがちです。タンパク質不足が進行し、免疫力の低下を引き起こし、ウイルスに感染しやすい体となります。コロナに負けない体づくりは、栄養、運動、社会参加の3つです。未病の改善を心がけましょう。

6 メインテナンスは継続してください

検診とは、むし歯の有無や歯周病の進行を調べることで、メインテナンスとは、むし歯や歯周病を進行させないために歯科医院で計画的に維持管理すること。検診とは目的・内容が違います。メインテナンスは計画的な治療の一環です。継続していただくようお願いいたします。

7 かかりつけ歯科医に相談して下さい

お口の中の病気はむし歯や歯周病だけではありません。舌の病気、顎の病気、骨の病気などさまざまです。これらの病気をいち早く発見し、治

令和二年度歯・口に関する図画 ポスターコンクール日高大会入選者

応募枚数：百七十枚

応募校：えりも町立東洋小学校、浦河町立堺町小学校、新ひだか町立高静小学校、新冠町立新冠小学校（四校）

（審査結果）

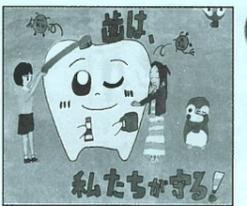


新ひだか町 高静小学校
六年 伊丸岡 夏芽

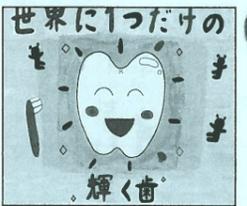


えりも町立 東洋小学校
六年 神田 千沙希

「歯は一生の友達と宝物!!」 「バイキンから歯を守ろう」



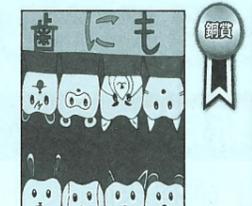
新ひだか町 高静小学校
六年 橋 彩珠



えりも町立 東洋小学校
六年 吉田 倫



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



えりも町立 東洋小学校
六年 吉田 倫



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ



新冠町立 新冠小学校
五年 安藤 すみれ

