

「コロナに負けずに」

深浦診療所 医師 山田悦輝

コロナ禍が広がり、落ち着かない日が続いております。

いろいろな調査でも、コロナ対策にはワクチン接種が最も有効な手段とされています。

深浦町では8月25日にワクチン接種が予定通り終了しました。

接種の速さ、接種率の高さは県内でもトップに位置するものです。

このことは、町長、コロナ対策担当者そして吉岡所長、この方々の危機管理能力の高さを示すものです。

有難いことです、心より感謝申し上げます。

皆様も誇りに思っ良いと思います。

コロナはまだ収束しておりません。

密を避け、手洗い・マスク着用など感染対策を続けて参りましょう。

皆様一人一人が健康管理に心を配ってください。

免疫力・抵抗力が低下しないように、夜更かしを避けるなど規則正しい生活を心掛けてください。

運動も体力保持には絶対に必要です。毎日の規則正しい運動をお勧めいたします。また、心の健康も大事です。

病気という一本の矢を受けていても不安・恐れ・心配という3本の矢を受けないようにしてください。

悩むことがありましたら、診療所には吉岡先生・島田先生と優秀な先生方がおられます、遠慮なくご相談ください。

一人生まれ一人生きての人生

コロナに負けずに生活して参りましょう



歯を大切に むし歯ゼロの子大集合

7月に行われた3歳児健診で、むし歯がなかった子どもたちを紹介します



黒滝 乎粹さん
(相野山)



佐藤 匡恭くん
(6区)



堀江 優葵くん
(崎の町)

むし歯予防の豆知識



乳歯のむし歯は、歯の表面が柔らかいため進行が早く、気がついた時には悪化した状態で広範囲に広がってしまうという特徴があります。

乳歯は「食べ物をかむ」「発音を助ける」「大人の歯(永久歯)が正しい位置に生えてくる目印になる」「顔の形を整え顎の発育を助ける」など大切な役割を持っています。乳歯をむし歯にしてしまうとこれらの役割に悪い影響がでます。

むし歯予防のために「おやつ時間を決め、甘いものを食べすぎないこと」「食べた歯をみがくこと」「毎日の仕上げみがき」「年2~3回の定期歯科健診」等の良い生活習慣を身につけましょう。

深浦町では、むし歯予防のためのM1ペースト塗布を中学3年生まで無料で行っていきます。継続した塗布で、歯を丈夫にしていきたいと思います。