

11月8日は『いい歯の日』 歯を大切にしましょう！

日本歯科医師会は「いつまでもおいしく、そして、楽しく食事をとるために、口の中の健康を保ってほしい」という願いを込めて、11月8日を語呂合わせで「いい歯の日」と決めました。さらに宮城県では、毎年11月を「歯と口腔の健康づくり月間」と決めました。市でも、厄年歯周疾患検診や「和・話・輪・歯つらつキャンペーン」を行います。ぜひ、この機会に自分の歯と口の健康について振り返ってみませんか。

◆現代人に多い病気と歯周病の関わりについて

今回、現代人に多い病気と歯周病の関わりについて、登米市歯科医師会の歯科医の先生にコメントをいただきました。

この震災で、穏やかな日常がどれほどありがたいかを知らされました。健康でいることも病気になるまでは、あまりありがたいとも思いません。

がんは怖い病気ですが、口の中や食道のがんは歯磨きの回数が多いと発病しにくいという報告があります。心疾患は、登米市でも死亡の原因として特に多い病気です。心筋梗塞を引き起こす確率は、歯周病のある人は、ない人の1.15倍になると報告されています。感染症による心内膜炎で死亡した人では、全体の約40%の人の心臓の弁に、歯周病菌が見つっています。脳梗塞などの脳血管疾患の発症率でも歯周病のある人は、ない人の1.13倍と高くなっています。糖尿病では、歯周病菌が血液中に入ると、血糖値を下げるインスリンの働きを邪魔する物質が増えて糖尿病の状態が悪化します。認知症では、歯が抜ける数、脳が萎縮する速度、認知症の症状の進行速度は見事に比例します。自分の歯が多く、よく噛んで食事ができるお年寄り、活動的で寝たきりになりにくい傾向にあります。

近年、肺炎による死者数も増加しています。飲食物や唾液が誤って気管に入る誤嚥性肺炎は、70歳以上では全体で60%にも昇りますが、毎日の口腔ケアで減少させることができます。

妊婦に歯周病があると、早産になる確率が上がります。本当に怖いのはあなたの口かも。

このように、現代人に多い病気は歯周病にならないことで、予防することができます。それには毎日の歯磨きや口腔ケアに加え、自分の歯と口を知ることが重要です。歯の健康を守るために、いつでも気軽に相談できて頼れるかかりつけの歯医者さんをもち、定期的な歯科健診を受けるなどして、自分の歯と口の状態を確認しておくことが大切です。

厄年歯周疾患検診

～元気の源は健康な歯と口から～

【対象】

- ①満年齢31歳(昭和55年4月1日～昭和56年3月31日生まれ)
 - ②満年齢40歳(昭和46年4月1日～昭和47年3月31日生まれ)
- ※対象者には、行政区長を通じて「厄年歯周疾患検診受診券」を配布しています。

【検診期間】 10月1日～平成24年2月29日

【検診方法】

- ①市内協力医療機関に予約 ②受診券を持参して受診(無料)
- ※市内協力医療機関は受診券裏面および市ホームページに記載しています。

【問い合わせ】

市民生活部健康推進課 地域保健係 ☎ 0220 (58) 2116

生涯おいしく・楽しく食べて・健康に！
「和・話・輪・歯つらつキャンペーン」
 テーマ：食と歯を科学しよう

- 【日時】 11月20日(日) 午前11時～午後2時
- 【場所】 イオンタウン佐沼 セントラルコート
- 【内容】 ～知ろう・考えよう・体験しよう～

- ◆健康な歯とむし歯
- ◆噛むことの大切さ
- ◆自分に合った歯みがき
- ◆野菜の大切さ

【主催】 登米市歯科医師会・登米市歯科衛生士会
 登米市・登米市食育推進会議

障がい者ふれあいフェスティバルを開催

障がい者が日ごろの活動の成果を発表し、同じ仲間や地域の人との交流を通じて、お互いの理解を深めるためのイベントです。

【テーマ】「やれること、やりたいことからまず一歩、地域の中へ踏み出そう！」

【日時】 11月26日(土) 午前10時～午後0時30分

【会場】 中田農村環境改善センター(中田庁舎隣)

【対象者】 市内在住の障がいがある人、家族、支援関係者、一般市民

【内容】 ①ステージ発表 ②ラフターヨガ 講師：ラフターヨガ リーダー

※障害者福祉施設製品の展示販売、各施設活動紹介・作品展示も行います。 ※手話通訳もあります。

【申込期限】 11月15日(火) まで

【申し込み・問い合わせ】 福祉事務所生活福祉課 障害福祉係 ☎ 0220 (58) 5552

または各総合支所市民課 健康づくり係

「こころの講演会」を開催します

地域みんなでつながり、大切ないのちを守っていくために、講演会を開催します。

自分も相手も大切にすること、自分らしさをはぐくんでいくこと、そして、生き方が楽になるように・・・一緒に考えましょう。ぜひ、ご参加ください。

【日時】 平成23年11月29日(火) 午後1時30分～3時30分

【場所】 南方農村環境改善センター ホール

【内容】 講演 「自分の気持ちを上手に伝えるために」
 講師 平木典子さん(統合心理療法研究所所長)

【問い合わせ】 市民生活部健康推進課 ☎ 0220 (58) 2116

宮城県議会議員一般選挙

投票日

11月13日(日)

投票時間

午前7時～午後7時

大事な投票、忘れずに!



家庭ごみの野焼きについて

家庭での簡易焼却炉、ドラム缶を使用しての家庭ごみの焼却は、禁止行為に当たります。



簡易焼却炉



ドラム缶



野焼き

違反した場合には、5年以下の懲役、1,000万円以下(法人は3億円以下)の罰金が科せられる場合があります。

※どんと焼き、たき火、キャンプファイヤー、農業・林業を営むためにやむを得ない焼却は例外とされています。

廃棄物処理法上の例外行為であっても、煙や臭いで周辺住民に迷惑を及ぼす行為は、行政指導の対象となりますので、住宅周辺では、行わないようにしてください。

ごみは燃やさずに集積所に出すか、
 クリーンセンターに直接持って行ってね!



【問い合わせ】

市民生活部環境課 生活環境係 ☎ 0220 (58) 5553

11月の納税

固定資産税	3期
国民健康保険税	6期
介護保険料	6期
後期高齢者医療保険料	5期

納期限 11月30日(水)

忘れずに納めましょう
 納税は便利な口座振替で

登米市の人口・世帯数 (平成23年9月末現在)

地区	世帯数	人口		
		男	女	計
迫	7,399	10,464	11,209	21,673
登米	1,840	2,537	2,802	5,339
東和	2,476	3,542	3,772	7,314
中田	4,745	7,890	8,284	16,174
豊里	2,046	3,335	3,485	6,820
米山	2,825	4,951	5,196	10,147
石越	1,615	2,709	2,816	5,525
南方	2,561	4,352	4,656	9,008
津山	1,232	1,830	1,965	3,795
合計	26,739	41,610	44,185	85,795

市内の交通事故発生状況 (平成23年9月末現在)

(佐沼・登米警察署調べ)

	H23	H22	増減数
人身事故発生件数	209件	252件	△43件
死者数	3件	2件	1件
負傷者数	271件	338件	△67件
物損事故発生件数	1,272件	1,124件	148件

(平成23年1月からの延べ件数)

●警察署からのお知らせ

夕暮れ時・夜間に外出する際は、明るい服装や反射材を身につけましょう。早めに冬タイヤに交換をしましょう。

編集室から

▶朝夕、日に日に寒さが増してきました。栗駒山も装いを白くし伊豆沼や内沼などには白鳥やガンなどの渡り鳥が飛来するなど冬がすぐそばまで来ています。▶我が家でも、ことしの春に生まれた娘にとって、初めての冬がやって来ます。娘とわたし、お互いに風邪を引かないように、ことしの冬は、いまから防寒対策をしっかりと取ろうと思います。(猪股)