

『 歯の外傷 』

前歯は、人の笑顔を素敵に見せる重要な構成要素の一つです。

しかし不幸にも、転倒したり何かを前歯にぶつけたりして、前歯が破折したり抜け落ちてしまうことで、前歯をなくしてしまう場合もあります。外傷を受けて歯が折れてしまったり、抜け落ちてしまったとき、その歯を助けるためにすべきことは次のとおりです。

- ① 抜けた歯を捜す。
- ② 水道水で洗う。
(30秒くらいで十分です。あまり長く洗うと、かえって組織を死滅させてしまいます)
- ③ 自分で元の位置に戻してみる。
- ④ 戻せない場合は、口の中に入れて保存する。
(飲み込まないように注意しましょう)
- ⑤ すぐに牛乳が手に入るなら、牛乳の中に保存する。
- ⑥ できるだけ早く歯科を受診する。

歯は、歯根膜で骨と連結されています。歯が抜けたまま長時間放置すると、歯根膜の細胞が死んでしまっ、元に戻しても何年かすると残念な結果に終わってしまうことがあります。なるべく早く歯科を受診しましょう。

生涯素敵な笑顔でいられますように。お役に立てれば幸いです。

浄化槽の適切な維持管理を行いましょう

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水をきれいにするため、維持管理を行わないと浄化槽の機能が低下したり悪臭などが発生したりして、水質汚濁の原因になります。

維持管理は、①法定検査(水質検査など)②保守点検(点検・修理など)③清掃を行わなければならないと法律で定められています。適切な管理を行い、生活環境の保全および公衆衛生の向上に努めましょ

法定検査

- ・ 毎年1回行わなければならない。
- ・ 知事が指定した次の検査機関へ依頼してください。
(社)愛知県浄化槽協会
☎(481)7160

保守点検

- ・ 年3〜4回、定期的に保守点検を行わなければなりません。

※浄化槽の種類により、点検回数が異なります。

- ・ 委託できる事業者については、左記へお問い合わせください。

海部県民センター

環境保全課

☎0567(24)2111

清掃

- ・ 毎年1回以上、清掃しなければなりません。
- ・ 清掃業者は区域で指定していただきますので、衛生課までお問い合わせください。

問い合わせ先

役場 衛生課

内線124・137

今月の記念日

2月6日は

「海苔の日」

海苔養殖業の振興発展や海苔の消費普及などを図る全国海苔貝類漁業協同組合連合会(全海苔漁連)が、1966年に制定しました。

大宝元年(701年)に制定された日本最古の成文法典である「大宝律令」によると、当時29種類の海産物が租税として納められていました。そのうち8種類が海藻で、海苔がその一つとして表記されています。海苔が古代から、大変貴重な食品であったことが伺えます。

全海苔漁連ではこの史実に基づき、大宝律令が施行された大宝2年1月1日を西暦に換算すると702年2月6日になることから、海からの贈り物である海苔に感謝するとともに、業界の発展祈願の気持ちを込めて「海苔の日」を定めました。毎年2月6日前後には

記念チャリティーセールや「うまいノリ」特売などの関連イベントが行われます。

海苔は「海の緑黄色野菜」と言われるほど、ビタミン、ミネラル、食物繊維、鉄分、カルシウムなどさまざまな栄養素をたっぷり含んでいます。「五訂・日本食品標準成分表」によると、例えば疲労回復に効果があると

いわれるビタミンB1(B2)は「ほしのり」の可食部100グラム当たり1・21ミリグラム(2・68ミリグラム)含まれています。ウナギが0・37ミリグラム(0・48ミリグラム)ですから、「ほしのり」がいかに栄養素の豊富な食品であるかが分かります。

健康増進や生活習慣病予防において、海苔は欠かせない食品といえます。また、近年の研究では、ダイエット効果やがん予防などにも役立つことが報告されており、海苔への期待は高まるばかりです。

日々の健康づくりは食卓から始まります。毎日の食卓に「海苔」を習慣付けてみてはいかがでしょうか。