

教えて! 知って得する 歯の健康マメ知識 ⑳

今回は、知覚過敏の悩みについて、歯科
医師に聞いてみました。



Q : 歯がしみると感じる原因は何ですか?
対処法はどうしたらいいですか?

A : 歯がしみるという症状では虫歯(う蝕)が多いのですが、歯磨きや冷たい食べ物で数十秒程度「キーン」と痛みを感じる疾患では、知覚過敏というものがあります。普通の歯の表面は硬いエナメル質でできているため痛みを感じませんが、歯の根っこや1mm程度内部に入ると象牙質でできていて、歯はしみるようになってきます。知覚過敏の原因は歯周病からの歯肉退縮や歯の摩擦、過度のブラッシング圧(歯磨きが強すぎ)からこの象牙質が外部にさらされてしまうからです。対処方法は、この象牙質表面をコーティングすれば治まります。一般には知覚過敏用の歯磨き剤が売られています。また歯科医院には専用の治療薬もあります。ただし、「知覚過敏」か「う蝕」かの判断は難しく難治性の場合もあるため、一度歯科医院で診てもらうことが重要です。

問 健康ふじみ21 歯の健康推進チーム事務局
住民福祉課 保健予防係(保健センター内)
☎62-9134

—消費者見守り情報 No.19—

信託受託権・未公開株の勧誘に気をつけて!

証券会社の社員を名乗り「〇×会社から信託受益権の申込書が送られてきたら、高額な料金を買い取る」また「当社で買い取るので名義を貸して欲しい」などの電話があり、〇×会社からも信託商品について熱心に進められ、実態のない会社に代金を支払ってしまった詐欺事件が発生しています。

特に石油・天然ガス・放射能除染商品開発などの商品を地域・期間限定で進めるセールストークで勧誘し、すぐ購入しなければ損であるかのような印象を与えます。また、一旦代金を支払った後、解約しようと思っても連絡がつかなくなってしまうのが実情です。

安易な儲け話はきっぱり断ること、不審に思ったら最寄りの消費生活センター等に相談したり、詐欺の場合はすぐに警察に届け出ることも必要です。



出典/国民生活センター

相談 住民福祉課 住民係 ☎62-9112
松本消費生活センター ☎0263-35-1556

できることからやってみよう!!

健康長寿ながの 食育強化キャンペーン

朝食を食べよう!
朝ごはんを1日をスタート!
・簡単組み合わせ朝ごはんから
例えは

野菜・果物を食べよう!
野菜料理は1日5皿以上
果物は毎日
目安は

減塩しよう!
・主食はごはん中心に
・麺類の汁は半分残そう
・みそ汁は買たくさんで1日1杯に
・漬物は小皿で1日1皿

長野県地域包括医療協議会・長野県
(長野県健康推進センター)

住民だより

6月

■5月15日~6月14日の届出■〈敬称略〉
●出生・転入・転居は14日以内に死亡は7日以内に届出を

結婚おめでとう

氏名	出身地
小池 拓	立 沢
北澤 百合子	諏訪市
小林 孝 仁	田 端
名取 菜 摘	先 能
五味 敦 雄	乙 事
木下 恵 美	下諏訪町
山野 貴 史	瀬沢新田
五味 香 里	乙 事
松尾 賢	駒ヶ根市
小林 あずさ	とちの木

出生おめでとう

氏名	父の名	母の名	区名
名取 杏華	忠 幸	美千世	瀬沢新田
名取 凜空	和 政	久見子	松 目
名取 珀空	和 政	久見子	松 目
こ五味 俊祐	照 幸	ちなつ	机
かな井 咲希	啓 昭	百合子	立 沢
名取 璃来	勝	貴 子	塚 平
くろ坂 伸哉	亮 輔	忍	立 沢
小林 莉空	真 二	茜	御射山神戸

おくやみ申し上げます

氏名	年齢	世帯主	区名
平出 秋子	90歳	美津子	葛 窪
名取 ヒフミ	90歳	毅 人	松 目
久保 修一郎	89歳	和 夫	瀬 沢
名取 家子	86歳	三 郎	平 岡
久保 愛子	85歳	壽 光	瀬 沢
小池 一保	83歳	一 保	木之間
平出 福男	80歳	福 男	田 端
笹木 準策	82歳	準 策	富士見
小林 僖幸	87歳	僖 幸	高 森
小池 たかこ	94歳	高 宏	立 沢
東 哲	85歳	哲	御射山神戸
五味 龍治	72歳	龍 治	松 目

7月の納税等

固定資産税/国民健康保険料/後期高齢者医療
保険料/保育料/上下水道使用料/住宅使用料

納期限・振替日は7月31日(火)です

※毎週火曜日は午後7時まで夜間納税窓口を開設
しています。ご利用ください。

問 財務課 収納係 ☎62-9123