

# ライブラリー 情報

松前総合文化センター  
ふるさとライブラリー  
☎985-4140  
開館時間 9:30~18:00

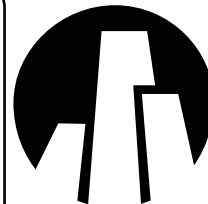
〈11月の休館日〉 3、5、12、19、23、26、30

## 〈新刊案内〉

- プロジェクトX  
リーダーたちの言葉 今井 彰／著
- 指揮官たちの特攻 城山 三郎／著
- 暗号解読 サイモン・シン／著
- ZERO 上・下 麻生 幾／著
- 13階段 高野 和明／著
- わかもとの知恵 筒井 康隆／著
- 藤原主義 藤原 紀香／著
- マリッジ 森村 誠一／著

## おはなしかい

日時：11月24日（土）11時  
場所：文化センター2階 第2研修室  
絵本やかみしばい、パネルシアター  
などを使って毎回楽しいおはなしをします。  
皆さんの来館をお待ちしています。



# 会社も、お店も、学校も、病院も。 事業所・企業

## 統計調査

総務省統計局 役場企画財政課



ご協力  
ありがとう  
ございました。

事業所・企業統計調査にご協力をいただきありがとうございます。

調査の結果は、国、都道府県、市区町村での各種の行政施設、例えば、地域開発計画、都市計画、交通対策、雇用対策、公害対策などの基礎資料として、あるいは、民間における事業計画などの策定の基礎資料として広く利用されます。

## 松前郵便局ロビー展

開催時間 平日9時～19時

期 間	展示内容	出品団体	代表者
11月 5日(月)～ 16日(金)	水墨画展	松前町文化協会 絵画部	黒田 玄鳥 ☎984-4113
	陶芸展	松前町文化協会 陶芸部	仙波 保 ☎984-1878
11月19日(月)～ 30日(金)	七宝焼展	松前町文化協会 手芸部	安藤 芳子 ☎984-2586
11月19日(月)～ 12月21日(金)	ふるさと小包展 ピーアール展	松前郵便局	郵便係・総務係 ☎984-9800

## 次の大型ごみの日は

# 12月16(日)です。

地域で決められた場所に  
収集車が来るまでに出しましょう。

診療室からこんにちは 第54回

## 自分の歯を残すために

これさわ歯科医院 是澤敦宏

40代を境に、歯を失う原因の割合が虫歯によるものと歯周病によるもの間で逆転します。これは、40代から歯周病の進行が目立つことから起こります。

歯周病の初発原因としては、大きく二つ考えられます。一つは、皆さんよくご存知の通り口の中の衛生状態が悪いことによるものです。歯垢・プラークと呼ばれるものの正体は、7～8割が細菌です。細菌が目に見えるまで増殖したものと考えていただいかまいません。歯垢1グラムの中には、数百億～数千億の細菌がいるとされています。これがだ液中のミネラル分と結晶化した物が歯石です。下の前歯の裏側を舌の先でなめてみて、上の前歯の裏側の様な凹凸が感じられなければ要注意です。

もう一つは、咬合性外傷によるものです。簡単に言うと歯がかむ力に耐えられなくなると、歯を支える組織が壊されることです。ストレスによ

る歯ぎしりやかみ合わせの不良によって限界以上の力が働いたり、栄養の偏りなどにより歯周組織が弱体化した時に起こります。

歯周病によって骨が吸収されると、歯石を除去しても回復が難しいのが現状です。バイオテクノロジーの進歩で将来的には骨の増殖も可能となるでしょうが、今できることは、あなたの歯を支えている骨を吸収させないことが一番です。1本の歯が抜けるとブリッジや入れ歯でかみ合わせは回復できますが、抜けた歯が負担していた力はまわりの歯が支えることとなります。今まで支えている歯は不満を漏らす支えていない歯は不満を漏らすでしょう。

体をたどるには適切ではないかもしれませんが、自動車でも雨ざらしで整備もせず、人生の大切なパートナーとしてあなたの歯にも愛情を注いであげてください。

歯周病の進行が目立つことから起こります。

歯周病の初発原因としては、大きく二つ考えられます。一つは、皆さんよくご存知の通り口の中の衛生状態が悪いことによるものです。歯垢・プラークと呼ばれるものの正体は、7～8割が細菌です。細菌が目に見えるまで増殖したものと