

「よい歯でよくかむということ」 ★★

「食物をよくかむ」ということは私達の健康を守る上に、いちばんたいせつなことです。だから食物をよくかめる歯をつくることは、健康生活の第一歩ともいえましょう。六月四日は、ムシ歯予防デーです。今から丈夫で、美しい歯をつくりあげる努力と習慣を養いたいものです。

なぜムシ歯はできるか

歯と歯のあいだとか、歯のかみあわせのミゾや小さなほみには、たくさんのバイ菌が繁殖しています。このバイ菌はたべカスのなかの炭水化物をくさらせ、有機酸をつくり出します。そしてこの酸が歯の石灰分を溶かし、有機物を軟化させ、ついに歯を破壊してしまいます。これが「ムシ歯」です。

歯は正しくみがくこと

歯ブラシを横にゴシゴシ使つては、歯と歯のあいだがよくみがけず、長い間には歯の表面をすりへらしてしまいます。前歯は上下に、奥歯は奥から前にかきだすようにブラシを使います。歯の裏側もていねいにみがきます。酸が歯を破壊する働きは、食後3〜4分から30〜40分ぐらいが一番さかんです。だから食後3分以内に、3分間、1日3回歯をみがく方



健康ノート

法が、ムシ歯予防の第一条件だといえましょう。これを称して3・3・3式歯みがき法といえます。

それは早いほどトクです

ムシ歯の治療は、早ければ早いほど時間もかからず、費用も少なくて済みます。少なくとも年一回は医師にみてもらい、ムシ歯ができていたら、すぐ治療を受けることです。その場合歯ぎん炎や歯槽膿

農薬の知識

漏の原因になる歯石(歯の沈着物)をとったり、子供の場合だつたらフッ素の化合物を歯にぬつてもらつてムシ歯を防ぐようにして下さい。

科学の進歩にともない優秀な農薬が数多くできてきて増産に大きな役割りを果たすよ

うになりました。と同時に、この農薬が人畜にも相当危害を及ぼしているということも困ったことです。昨年だけで約七十名(内死亡五六名)に達しています。そこで農薬(有機燐製剤)の使用の際には特に次のようなことをご注意ください。

- ☆ 薬が皮膚についたと思われるときはすぐ石けん水でよく洗う。
- ☆ 薬を作業服の上からこぼしたときは下着まで全部脱がせて、石けんて全身をよく洗い、新しい衣服に着換える。
- ☆ 薬が口から入つたなと思つたときはすぐウガイをして、水か食塩水をたくさん飲み、指を口にさしこんで、その水を吐き出す。これは胃の中のもののみんな出てしまふまでくりかえす。
- ☆ 医師に連絡をとり往診を求めるか、あるいは患者を診療所まで静かに運ぶ。
- ☆ 安全で風通しのよい涼しい場所に寝かせて安静にしボタンや帯をといて体を楽にしてやる。
- ☆ 呼吸が弱くなり、ヨダレを流すようになったら気管がつまり呼吸が困難になるから、首を横にしてヨダレが口にあまらないようにする。又はうづせにして、長時間人工呼吸を行う。

(衛生部)

五月の行事予定

中旬以降

- (日) (行事内容)
- 10 愛鳥週間十六日まで
- (上旬) 新生活運動委員会
- 蚕糸業基本対策要綱審議委員会
- 11 商業動態調査九州ブロック会議 (十二日まで宮崎市)
- 12 健康保険新規適用事業所指導講習会
- 13 昭和三十四年度公庫融資住宅貸付業務取扱要領説明会及打合せ (肥後銀行ホール)
- 衛生教育担当者会議 (会議室九時半)
- 14 乳牛栄養障害防除技術講習会 (十五日まで大矢野町)
- 16 八代市信用組合協会総会 (八代市十六日まで)
- 児童福祉施設収容児童野球大会 (白川公園十七日まで)
- 熊本県企業診断協会総会 (商工会議所)
- 18 草地放牧利用模範施設運営協議会 (阿蘇事務所)

広報ごよみ



迅速な広報

嘱託員とのタイアップで



編集者の川上さん

舞い込んだ投書……★

「城跡公園の花壇の花を盗まれたり、池の鯉やアヒルがいぢめられたり、水銀灯に石をブツつけられたりして弱っている。みんなの楽しい公園だからみんなで施設を守ろう」という意味の記事を出したら、たちまち建設的な投書が四、五通編集部に舞い込んだそうである。編集担当の川上さんはこんな嬉しいことはなかつたとしみじみ語られる。いま、「八代市報」は毎月三回それぞれ一九、〇〇〇部(各戸配布)発行されているが、その迅速確実な点では敬服されるものがある。と同時に市民の関心が高いということである。

嘱託員も大助かり……★

「市報」が刷上ると同時に、小使さんが直ぐ自転車で一四二町内の嘱託員に届ける。遠いところは直送される。なにし

る月三回だから忙しい。「市報」を読めば市政のあらゆるニュースがわかるので従来の回覧板式ではどうしても徹底できない「お知らせ」的なものが、いつも確実に、その目的が、遂げられている。これは市のPR活動にとつてはまさに強力な手段であり、町内嘱託員もおかげで大助かりということなのである。

読ませる原稿を……★

編集者の川上さんは、総務課の広報係長さん。その地味な人柄が仕事の上にもよくあらわれ、編集態度も熱心である。「広報研究」というPR専門誌を購読されて研究に余念がない。写真はすべて自分が撮影し、記事の大半は、足まめに自分で取材される。だから、原稿が集まらなくて困るといふ心配もない。主管課から出して貰った原稿で読み辛いものは極力筆を入れて平易にナラしてい

るがなかなか難しいことだとこぼされる。いづれも同じ悩みである。

充実した教養欄……★

「八代市報」はタブ二頁(四頁が月一回)内容は「お知らせ」的な記事が多くそれらもかなり親切な解説が行われている。教養的な頁では、郷土史家宮本謙吉氏の「八代史談」を毎月連載して好評を博している。又、「図書館だより」では、新刊の内容解説から目録の紹介まで、丁寧なスペースをつくっている。昨年四月川上さんが担当を受けついでから紙質を中質に格上げしたそうである。そのため一段と紙面が明るくなり、写真もなかなか鮮明で気持ちのいいものになった。

やりやすい編集の場を……★

川上さんは登山をやられるそうである。「八代市報」への抱負もおおらかである。編集委員の制度や、執筆陣の編成等新しい企画がいろいろあるそうである。殆んど係で月三回発行という根気のいる仕事を遂行するためにはそういう、組織的な力がどうしても必要だし、又「八代市報」の飛躍がそこにあるのかも知れない。(広報課)

(註) 前号「広報南関」の紹介での、もっと美しい印刷を云々するものではないことを念のため追記いたします。

- 19 毒劇物取扱者試験(自治会館)
- 20 春子乾しいたけ品評会
- 熊本県観光連盟総会
- 年間条桑育指導者講習会
- 蚕業試験場
- (中旬) 世界農業センサス中央会議東京就業構造基本調査九州ブロック会議 (鹿児島)
- 地方社会保険医療協議会 (肥後銀行会議室)
- 新生活運動九州ブロック会議 (別府市)
- 公有林経営計画講習会 (阿蘇町三日間)
- 熊本県森林組合連合会総会 (県森連)
- 県技術員の製炭講習会 (八吉市)
- 25 県果樹振興協議会
- 27 昭和三十四年度水源林造成事業担当者打合せ(職員会館一時)
- 28 児童福祉審議会小委員会 (藤崎台童園)
- (下旬) 県民所得調査九州ブロック会議 (佐賀市)
- 保護事務打合せ(会議室十時)
- 医療監視員会議 (会議室九時半)