

なかよし

仲間づくり
健康づくり
生きがい作り



五月晴れの五月二十
四日、福井県三方五湖
へのバス研修旅行に八
十七人の皆様にご参加
いただき誠にありがと
うございました。

さて今年はずっとと猛
烈台風2号のお出ま
し、さらに五月二十九
日から平年より一週間
も早い梅雨入り宣言な
ど地球温暖化の影響か
も知れませんが、

梅雨前線の停滞によ
る線状降水帯を警戒し
つつ災害に備えておき
ましょう。

しかし梅雨期の雨
は、夏期の渇水時には
恵みの雨でもあります
よね。

つぶやき人

六月四日は虫歯予防デー 大切な歯を守る週間



歯の治療には、歯を
削る治療音や神経を抜
く痛みで子供の頃から
歯科医院には嫌な思
い出しかありませんよ
ね。

虫歯や歯周病は、歯
の喪失に繋がるため、歯
咀嚼力が低下したり誤
嚥の原因になったり、
糖尿病や敗血症(細菌感
染が全身に広がり、さ
まざまな症状がでる病
気)など全身の健康に
影響が及び、食生活や
社会生活にも支障をき
たします。

毎日の食事や会話を
楽しみ、豊かな人生を
送るためにも歯と口腔
の健康を保ちましょ
う。

定期的な歯石の除去と 歯面の清掃



皆さんは朝晩、食事
の後に歯を磨く習慣を
おもちの方が大半と存
じます。

しかし虫歯や歯周病
の原因となる歯垢の除
去は、歯の形態や歯列
の状況などから、自己
管理のみで完全に行う
ことは困難です。

そのため、これらの
疾患を予防し、実際に
歯の喪失防止に結びづ
けるには、自己管理に
加えて、専門家による
歯石除去や歯面清掃、
予防処置を併せて行う
ことが重要です。

専門家は、歯科医
師、歯科衛生士の方々
で、彼らによる適正な
予防処置は、早期発見
・早期治療に加え、疾
患の発症を予防するの
にとっても大切な方々で
す。

是非とも定期的な歯
科医院に行く習慣を持
ちましましょう。

参考
厚生労働省
ホームページより



川柳コーナー

医者と妻

急に優しく
なる不安

万歩計

半分以上
探し物

LED

使い切るまで
無い寿命

忘れえぬ

人はいるけど
名も忘れ

土地もある

家もあるけど
居場所なし

シルバー川柳より

お知らせコーナー

大阪市借用地
清掃について

(都島公園内
旧ゲーボール場)

六月の清掃活動を
次の三日間より一日のみ
実施予定しています。

- ・六月 十六日(金)
- ・六月 十七日(土)
- ・六月 二十三日(金)

作業時間は
午前九時～十一時

天候を確認して九日の
定例会にて決定したいと
存じます。

ご協力のほど宜しく
お願い申し上げます。

五月役員定例会

六月九日(金)午後五時より

場所 東都島福祉会館

各クラブ会長・女性部長

部会長の二十七名で

実施いたします。