

口内健康

今年には野田市の信じられない父親の児童虐待が大きな話題になりました。最近ですが、児童に歯の治療を受けさせない等、口腔(こうくう)内のケアをしない育児放棄を「デンタルネグレクト」と呼ぶことを知りました。児童の口腔内環境は生活習慣、保護者の育児姿勢を表す指標の一つで、虐待との因果関係が明らかになりつつあることも知りました。

水を飲むと唾(つば)が一口气にわいてきます。口のPH(ペーハー)は通常6・5位でほぼ中性を保っています。酸性のシュウ酸を飲むと口のPHが下がってしまふからです。歯はリン酸カルシウムなのでPH5・5以下の酸性になると、歯からカルシウムが溶け出してしまふので、飲んだ直後に5秒間で、飲んだ直後に唾液が普通の10倍の早さで唾液が出てくるそうです。口内は30秒で中性に戻り、歯が守られているのだそうです。一時期食事の直後の歯磨きが非とされ、食後30分が是とされました。しかし、口内の健康を維持するためには、直後の歯磨きがやはり有効だと言われている。1日3回3分間の歯磨きを毎日励行しましょう。

〇十二月の言葉

今を楽しむ。良質な時を楽しむ。夢を楽しむ。

〇語彙力チェック

①「鳥のシュウセイを利用する」の漢字は次のどれか。

A 習性 B 修性 C 周性 D 終性  
②次の中で「旋」をセンと読まないものはどれか。

A 斡旋 B 凱旋車 C 旋頭歌

③「愁嘆場」あてはまらない場面は次のどれか。

A 葬式 B 結婚式 C 親子の別れ

④「充填」の正しい読みは次のどれか。

A じゅうしん B じゅうてん  
C じゅうちん

⑤「用意シュウトウ」の「シュウトウ」の漢字表記は次のどれか。

A 周倒 B 習到 C 習倒 D 周到

⑥「主体」の対義語を記せ。

(解答) ①A ②C ③B ④B ⑤D

⑥客体