

こんにちは
歯科衛生士です



むし歯予防に対する 唾液の役割

唾液は大唾液腺（耳下腺、顎下腺、舌下腺）と、多数の小唾液腺より、1日約1～1.5ℓ分泌されます。水分のほか、ナトリウム、カルシウム、リン等の無機成分や、消化酵素、抗菌物質等様々のたんぱく質が含まれています。

唾液には、粘膜の保護、食渣やプラークの洗い流し、細菌によって作り出された酸の中和（緩衝作用）、消化、抗菌等の作用があります。

◆唾液のむし歯予防に対する働き

1. 歯の表面や口の粘膜を洗い流し保護します
2. プラークの形成や発育を抑制します
3. プラーク中の酸を中和します
4. PHを高めて、脱灰された歯の表面の再石灰化をすすめます

唾液はむし歯に対する、一番大きな抵抗力です。分泌量が多いほど、むし歯予防効果は高くなります。また、睡眠中には唾液分泌が減少するので、寝る前の飲食はむし歯の原因となりやすいのです。



「夏の心豊かな青少年を育てる運動」月間

テーマ **明るく たくましく すこやか**

7月1日～8月31日 錦江町青少年健全育成町民会議

家庭・学校・地域社会及び各種団体が互いに協力しながら、青少年の非行防止を図り、次代の鹿児島を担う心身ともにたくましい青少年の育成を図りましょう。

●具体的な取り組みは…

1 非行防止活動の推進

- (1) 未成年者の飲酒・喫煙や薬物、シンナー等の吸引の防止に努めましょう。
- (2) 青少年の深夜外出を「しない、させない」環境づくりに努めましょう。
- (3) 補導等を実施し、非行等の未然防止に努めましょう。
- (4) 青少年への声かけを実施しましょう。

2 交通事故・水難事故防止の推進

- (1) 家庭、学校、関係機関・団体との連携を密にし、地域が一体となった事故防止に努めましょう。
- (2) 青少年の事故防止に対する地域の意識を高め、特に幼児や児童・生徒についてはあらゆる機会に注意を呼びかけるように努めましょう。

3 青少年を取り巻く社会環境の浄化活動の推進

- (1) 立入調査、補導活動等の実施により、社会環境浄化を進め、非行などを起こさせない環境づくりに努めましょう。
- (2) 青少年に好ましくない雑誌、玩具等は容易に青少年の目に触れない環境づくりに努めましょう。

4 健全な家庭づくりの推進

「家庭の日」を中心とした親子のふれあいときずなを深めるなど、健全な家庭づくりを推進しましょう。

5 青少年の社会参加活動の促進

青少年を地域の諸活動に参加させ、社会の一員としての責任や他人を思いやる態度など、社会生活を営んでいく上で必要な規範やルールを習得する機会をつくりましょう。