



建てる人の期待と、住む人の願いの接点にいます。



ゆたかさの時代を反映してか、入居者のアパート選びの基準も大きく変わりつつあります。入居者の願いとオーナーの望み、この双方のニーズを高い次元で融合させたのが、積水ハウスのファミリーステージ・ディアス。従来のアパートの枠をはるかに超え、ステートメントハウスと名乗るにふさわしい魅力を備えました。人々が、そして街並みが求めていた高級賃貸住宅の新たな指針が、このディアスなのです。

#### 「くらしの税金百科」

新土地税制  
完全収録



● 355ページ

先着30名様に  
プレゼント!

#### 漫画と図解のわかりやすい税金ガイド決定版

- 事業経営者と税金
- 不動産・マイホームと税金
- 相続・贈与と税金

※この小冊子をご希望の方は、ハガキに小冊子希望と、住所・氏名・年齢・電話番号をご記入のうえ、下記の資料請求券を貼って下記の住所までお申し込みください。

有効期間：1992年12月末日

建設大臣免許(8)第540号 建設大臣許可(特-61)第5295号

積水ハウス株式会社 仙台総建営業所

資産管理活用研究会

〒980 仙台市青葉区本町2丁目16-10 仙台大同生命ビル ☎022(222)0025代

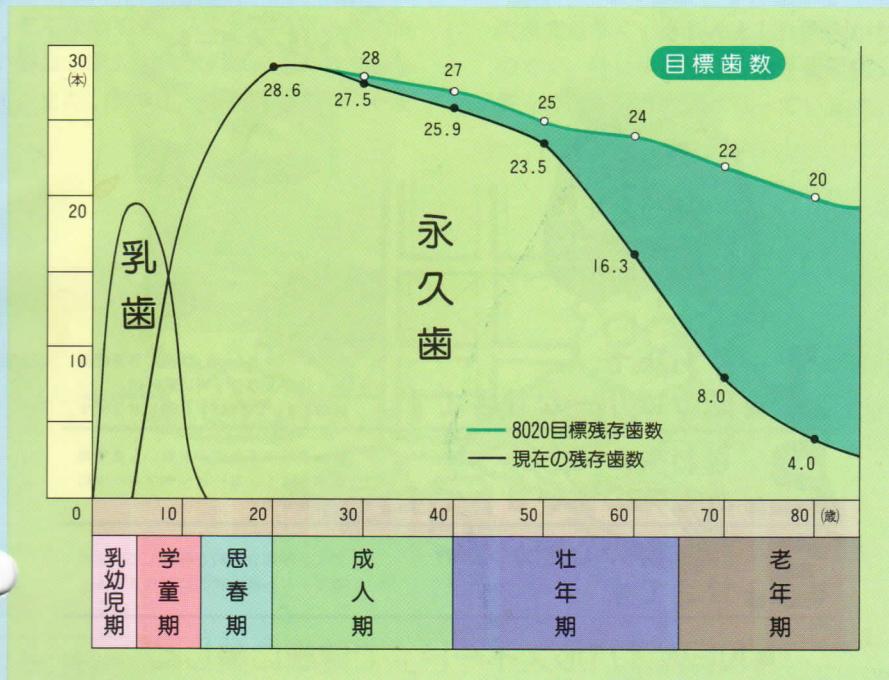
資料請求券  
スマイル回資對

歯の健康だより スマイル 執筆・監修／仙台歯科医師会 発行／仙台プロデュース

# あきらめていませんか? 自分の歯で噛むことを…

8020運動

80歳で20本の歯を残そう  
(現在は51歳で20本)



歯の健康だより 執筆・監修 仙台歯科医師会

No.18

スマイル  
*Smile*

むし歯の心配がない甘さです。

## NEW「パルスイート」



1. きわめて、  
低カロリーな甘さです。

NEW「パルスイート」は同じ甘さの砂糖と比べてカロリーは約1/60。顆粒1.2gで砂糖5gと同じ甘さです。

2. さわやかで、  
あと味のよい甘さです。

すっきりとさわやかなおいしさであと味もよく、コーヒー・フルーツにぴったりです。

3. むし歯の心配がない  
甘さです。

アミノ酸系甘味料を使用していますので、むし歯の原因になりません。

### ●NEW「パルスイート」で健康に美しく

おいしいもの、甘いものは食べたいけれど、カロリーオーバーやむし歯が気になる。さらに、カロリーのとりすぎはふとるだけでなく成人病の原因にもなると言われています。でも、NEW「パルスイート」なら大丈夫。糖分ではないのでむし歯の心配がなく、ダイエットにも便利。いつもの甘さで健康に美しくなりたいですね。

AJINOMOTO®

味の素株式会社 東北支店  
〒980 仙台市青葉区上杉2丁目3番11号 ☎022(227)3111代

…あきらめていませんか？ 自分の歯で噛むことを…  
**あなたの描く「老人像」とは…**

歯がなくなるのは、  
老化現象ではありません。

「老人」というと、「腰が曲っている」「白髪」、「深い顔のシワ」、「老眼鏡」、「入れ歯」といった姿を誰しもが考えつくなのではないでしょうか。

そんな中でも「入れ歯」つまり歯の無い姿は、老人の特徴の様に思われています。また、御本人も「歳だからあたりま

え」とか「老化現象のひとつだから」などと極めて安易に歯がなくなることに対して納得し、ダキョウしてしまっている様です。確かに、老眼のように避けて通れない生理的老化現象もありますが、「歯がなくなる」というのは決して老化現象ではなく、きちんとした原因があるのです。特に中高年からは「歯周病」が多く歯を失う原因になっています。



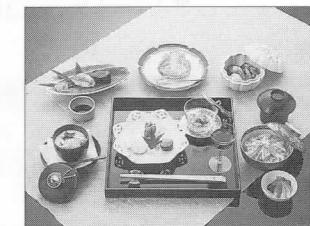
かに料理

かに料理の老舗



かにハ

●1階日本料理レストラン ●2階お座敷割烹懐石料理  
仙台市東一番丁日本銀行北側  
☎263-1531代 営業時間11:00~夜10:30まで 年中無休



懐石膳 一例3,500円  
(料理の内容は季節によって多少異なります。)

平均寿命が伸びている今、

## 50代～60代半ばは、老人ではありません。 歯の寿命ももっとのばしましょう。

現在の日本人の平均寿命は、男性で約76歳、女性で約82歳です。これは30数年前にくらべると13～15年程それぞれ寿命が伸びています。30数年前老人扱いされた50代～60代半ばは、今ではまだまだ現役のバリバリといっても言い過ぎではないでしょうし、事実ライフスタイルの変化や健康ブーム等も反映してか、ますます若々しい50代～60代の方がたくさん見受けられます。

ところが、(表1を見ていただければ



表1

1957年		1989年	
平均寿命 男：63.24 女：67.60		平均寿命 男：75.91 女：81.77	
歯の喪失数 60歳		歯の喪失数 60歳	
男	女	男	女
10.90本	15.46本	11.36本	12.76本

※人間の歯の数は28本！

## 胎児期

### —歯の形成期—

年齢層別にみる  
歯の健康チェック



この時期は歯の形成期で、母体の中で乳歯が形成されます。この形成期の栄養と全身状態が歯質の良否を決めますので、蛋白質やカルシウムを十分に補給し、バランスのとれた栄養摂取が大切です。また母親自身の口腔内の環境改善も必要です。というのも新生児の口腔内には、ミュータンス菌（むし歯の起因菌）は検出され

ません。乳歯のはえた後に子供を取りまく人たち、特に子供との接触が最も多くの母親から伝播されることが多いのです。親が保有するミュータンス菌が多いければ子供も多くなるわけです。むし歯は感染によって引き起こされます。ですから子供の丈夫な歯をつくるにはお母さんの役割が大きいのです。

### CHECK POINT (親)

#### ①親のむし歯の治療。(できたら妊娠前に)

親の口腔内ミュータンス菌量を減少させ、親から子への伝播菌量を減少させます。

#### ③甘味を抑えた食生活を…。

甘味嗜好の強い子供に育つのを防ぐことにつながります。

#### ②歯ブラシの習慣を身につける。

妊娠性の歯肉病変を防ぐとともに、自身のミュータンス菌を減少させ、子供に歯ブラシの習慣の手本となるように…。

#### ④バランスのとれた食物を摂取する。

乳歯の殆どは妊娠中に形成されますから、歯質の良否に重大な影響を与えます。（強い歯の形成）

# 乳幼児期

—乳歯むし歯の発生・多発期  
頸の基礎体力づくり—



この時期は離乳もはじまり、自我も芽ばえ好き嫌いも出てきますから、乳歯むし歯予防、噛むことの習慣づけ、正しい食生活の習慣、歯みがきの習慣づけを行うようにしてください。また、むし歯や肥満の元凶といわれる砂糖ですが、人間にとって一番魅力のある味覚ですから、生理的マイナス面と味覚的プラス面を日

常生活にうまくとり入れ、子供のむし歯を作らない様な摂り方を考えなければなりません。子供のむし歯の進行、停止を決める鍵は、こうしたお母さんの口腔衛生に関する知識の度合にあり、子供にとって最も重要な影響力があることを認識してください。

## CHECK POINT (親)

- ①砂糖を含む食品の摂取を制限する。
- ②歯のはえた後は親が子供の口腔清掃を。歯みがきの練習を習慣化し、親が仕上げみがきをしてあげてください。
- ③間食の時間と回数を定め、飲食後は口腔清浄を。
- ④健全な食生活を身につける。  
(頸の発育を促す)

高栄養、粉碎加工型食品に片寄らない、繊維質の豊富な低栄養、原材料型の食物も十分に摂り、頸を良く使うような食生活をしてください。

⑤定期検診を受ける。  
永久歯がはえるまで乳歯で十分に噛むことができるよう検診を受け、早期治療や必要に応じてフッ素処置や予防充填処置を受けるようにしてください。

# 学童期

—乳歯と永久歯の交換期  
永久歯むし歯の多発期—



この年代は、乳歯と永久歯とが混在する時期です。また、食生活も乱れやすくなります。むし歯、歯肉炎、歯列不正などにも注意をはらう必要があります。さらに学童期は、口腔状態が悪化する前半

の山といえますから、口腔衛生指導や食事指導が重要です。早期治療、予防治療を行なうことが今後の歯の保存に大きな差となってあらわれます。

## CHECK POINT (親→本人)

- ①むし歯の早期治療を…。  
今後の永久歯の使用年数を考えれば、次の段階のむし歯にならないよう、早期に治療することが大切です。
- ②歯列不正に気をつける。  
歯列不正は、今後口腔内環境を整えるために種々な障害となります。不正咬合の可能性をチェックし、乳歯と永久歯の交換がスムーズにできる様に、お母さんも注意してください。
- ③間食に対する注意と飲食後の口腔清掃を…。  
子供に歯みがきの必要性を認識させ、歯に興味を持たせて、歯の大切さを学習させてあげてください。
- ④定期検診を受ける。  
悪い癖がつかないうちに、歯科医師、歯科衛生士に上手なブラッシング法を教えてもらいましょう。また、自然治癒が決してない歯にとって初期治療は歯の寿命に影響しますから、歯科で定期的なチェックをしてもらい、日常生活上必要な指導を受けるようにしてください。

# 思春期

—歯肉炎の発覚期

永久歯むし歯の多発期と放置—



思春期というと、第2反抗期や受験などで生活が不規則になります。それと一緒にむし歯の放置が多くみられる時期もありますし、歯肉の状態にも注意しなければなりません。この時期はファッションや自分のスタイル等がやたら気に

## CHECK POINT

### ①歯を磨く時歯肉も鏡で見る。

歯肉炎や歯周炎の初期は自覚症状がなく、歯肉の発赤をまず伴うことがほとんどです。この段階でみつけることができれば簡単な治療ですみ、再び健康な状態にもどすことが可能なのです。

### ②口腔清掃法の改善。

歯肉炎や歯周炎予防のためにも、正しい歯磨き方法を習得する必要があります。また、デンタルフロスや歯間ブラシなど

の補助用具も必要に応じて使い、歯のすみずみまでブラッシングすることです。

### ③定期検診を受ける。

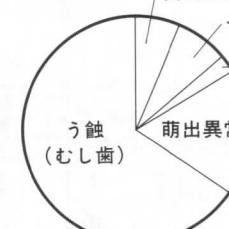
以前に治療した歯をチェックしてもらったり、早期のむし歯の発見だけでなく、歯肉のチェックもしてもらいましょう。

# 成人期

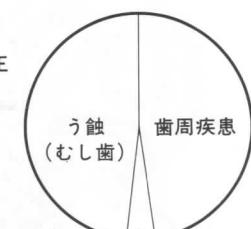
—歯周病の発生期

二次的むし歯の発生期—

## 〈抜歯の原因〉



16~25(歳)



46~55(歳)

口腔衛生会誌, 37; 570-571, 1987

この時期の口腔の大敵は「歯周病」です。歯を失う原因として、歯周病の割合がぐんと大きくなります（図1）。歯周病はむし歯同様、自然に治ることはあり

ません。歯周病の原因である歯垢を完全に除いて清潔にすることが予防です。歯周病は治療開始時期が大切。骨に影響が出る前に対策をしてください。

## CHECK POINT

### ①1日1度は歯肉を鏡で見る。

歯肉に発赤腫脹がないか、歯肉を圧迫して出血や排膿がみられないかチェックしてください。

### ②歯周病予防に効果的な口腔清掃法を。

歯と歯肉の境目、歯と歯の間を重点的にブラッシングしてください。

### ③定期的に専門的な歯の清掃を受ける。

歯石や歯肉の隙間（ポケット）に入った歯垢は、日常のブラッシングだけではとれません。専門的な歯の清掃（スケーリング、ルートプレーニング）を歯科医院で受けてください。

④2~3本の喪失でも、適切な補綴物を入れ、咬み合せの機能の低下を防ぐ。

1本の喪失により、周辺の歯にも色々な影響がでできます。

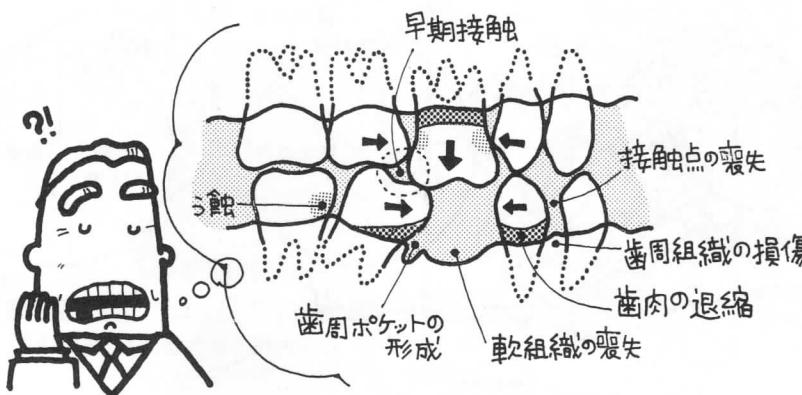
### ⑤定期検診とむし歯の早期治療を。

治療した歯に二次的なむし歯が出来ていないか、あわなくなった金属冠等が入っていないかチェックしてもらいましょう。タイミングを逸すると歯の寿命に影響してきます。また歯周病の初期はなかなか自覚症状がなく見付けにくいので、定期的な検診でチェックしてもらってください。

# 壮年期

一歯の喪失開始期・歯周病の急増期  
歯の根のむし歯発生—

●歯が抜けたまま放置するとさまざまな弊害が…



壮年期になると歯の根のむし歯が多くなるので気をつけてください。また、欠

損歯の少ない人は、成人期の注意をそのまま維持してください。

## CHECK POINT

①歯周病に対する効果的な口腔清掃法を徹底する。

歯間ブラシ等を併用し歯と歯の間、歯と歯肉の境目も十分にブラッシングを…。

②定期的に専門的な歯の清掃を強化。

専門的な歯の清掃を歯科医院で。  
(スケーリング、ルートプレーニング)

③義歯の調整と点検を年1~2回受ける。

知らず知らずに慣れた義歯でも、顎の形が少しずつ変化していますので調整が必要です。合わない義歯は、義歯のバネのかかっている歯に無理な力が作用し、ぐらついたり、顎の骨の異常な吸収を起こします。義歯はいつでも最良の状態のもとで使用することが大切です。

④歯周病と診断されたら、一生病気と共存するつもりで。

糖尿病の人が病気をコントロールして生活していると同じように、歯周病になら歯周病の原因や特徴を理解し、主治医の指示にしたがって根気よく日常生活にその対応方法をとり入れていってください。急性症状が出たら、早期に治療しないと急速に歯をささえている組織が破壊されてしまいます。

⑤定期検診を受ける。

歯周病の進行状態や現在の状態をチェックし、歯の喪失を極力さけることが大切です。また歯根むし歯の早期発見や残っている歯の延命にも定期検診は重要です。

# 老年期

一歯の喪失急増期  
早めの義歯装着—



人生80年時代、一生自分の歯で噛めることは何よりもうれしいことです。しかし現実は70歳で20本もの歯を失っている

のが現実です。「8020」80歳で20本の自分の歯を残すことが、健康な老後につながります。

## CHECK POINT

①義歯の検査を定期的に受ける。

顎の骨の吸収を防ぎ、自分に合った良い義歯を入れつづけることが大切です。

②現在の歯の定期検診。

いま残っている歯を一生もたせるとい

う心構えで、歯根むし歯がないか、口腔内や義歯にカビ等が付着していないか、そして義歯のバネのかかっている歯がむし歯やぐらついていないかチェックしてもらってください。とにかく8020、80歳で20本ノが理想なのです。

*Smile*  
スマイル 第18号

平成4年5月25日発行

■編集・発行／(有)仙台プロデュース

発 行 人／武田 英俊

仙台市青葉区一番町一丁目6-20

東一甲子ビル5F

TEL・FAX 022-264-0477

■STAFF Pro. 武田 英俊

Illi. 佐々木 洋子

■執筆・監修／仙台歯科医師会・公衆衛生学校歯科委員会

玉沢 茂 早坂 正博 南 秀樹

菊地 紳二 梁川 誠郎 田村 一彦

川村 秋夫 鈴木 有一

■資料提供／大岸歯科医院 鈴木 有一

仙台市若林区土植244

TEL 022-266-6270

●定価 150円

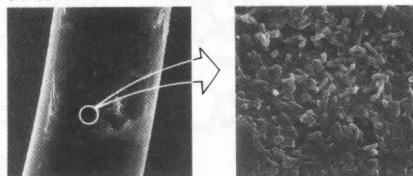
SUNSTAR



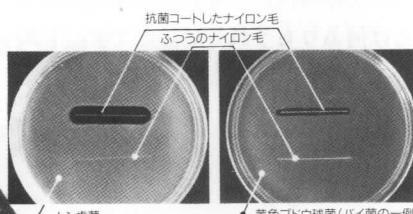
ブラーク(歯垢)対策ブランド  
**PROCT**  
FOR PREVENTION OF DENTAL CARIES  
AND PERIODONTAL DISEASES

## 抗菌コートのプロクト・レギュラー ハブラシをいつも清潔に保ちます。

使用後のハブラシには、ムシ歯菌やバイ菌がいっぱい。



効果は歴然。バイ菌をよせつけない抗菌コート。



# “噛む”動作を重視した、 哺乳用乳首です。

赤ちゃんは母乳を“吸って”飲むのではなく、お母さんの乳首を“噛んで”飲んでいることが近年の研究で明らかになりました。噛んで飲むことにより、噛むための筋肉がよく発達するとともに噛むという動作に早くから慣れ、咀嚼(そしゃく)器官の発達に好影響を与えます。

大塚ニブルは、母乳を飲む時と同じように“噛んで”飲むことができる理想的な乳首です。

乳首の先は、赤ちゃんがくわえやすい  
ように、断面がだ円形になっています。



乳首をくわえる位置に弁がついており、  
乳頭部分を繰り返し“噛む”ことによ  
って、ミルクが出る構造になっています。

**Bean Stalk ポカリスエット**  
赤ちゃんの水分・電解質の補給に

新発売



赤ちゃんのために考  
えられたやさしいボ  
カリスエットです。  
市販のニップルをつ  
けて使用できます。

ビーンスターク  
**Bean  
Stalk**  
Series Ozka a total  
system for baby

Bean Stalkシリーズは、  
人々のより良い健康を願い、  
その実現に努めてきた大塚製薬が開発した、  
乳幼児のためのトータルブランドです。

**大塚製薬**

サンスター株式会社

さわやかになる、ひととき。

お医者さんもいます。先生もいます。  
100歳のおばあちゃんもいます。  
ママもいます。パパもいます。  
小さなボクもいます。



1日に地球上で4億9,200万杯以上のコカ・コーラが飲まれています。

いつでも、どこでも、だれでもが。

安心できるから、おいしいから、さわやかだから。

コカ・コーラが生きて106年、日本で、世界で、こんなにも愛され親しまれています。

私たち、仙台コカ・コーラ ボトリング(株)は、  
地域社会の一員として、また、市民のひとりとして、  
みなさまのお役に立ちたいと願っています。

(市民 コカ・コーラとして。)



仙台コカ・コーラボトリング株式会社  
SENDAI COCA-COLA BOTTLING CO., LTD. (コカ・コーラ販売会社)  
Coca-Cola・コカ・コーラ・Gulf II The Coca-Cola Companyの登録商標です

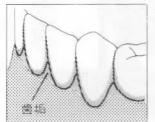
コカ・コーラは、世界185ヶ国以上の国々で愛され親しまれています。

# National 松下電工

本当に、正しく、歯垢を落とし、  
歯ぐきのマッサージもするこの動き。  
ナショナルの「バス&ローリング磨き」です。

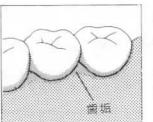


## バス磨き



ブラシが毎秒50回、幅3mmを  
左右に動くバス磨き。手ではむずかしい  
この動きが、歯と歯ぐきのさかい目に  
こびりついた歯垢をしっかりかきだし、  
歯槽膿漏を予防します。

## ローリング磨き



毎秒50回というスピードで、  
ブラシが30°の角度にローリング。  
奥歯の裏側や歯のすき間にひそんだ  
歯垢も残さず取り除き、  
虫歯を予防します。

歯と歯ぐきに軽く当てるだけ。バス&ローリ  
ングの2つの磨き方で、歯槽膿漏や虫歯  
の原因となる歯垢をきれいにかき取ります。  
「クリーン充電」方式でお手入れも簡単です。

3段階の回転数で  
磨けます。

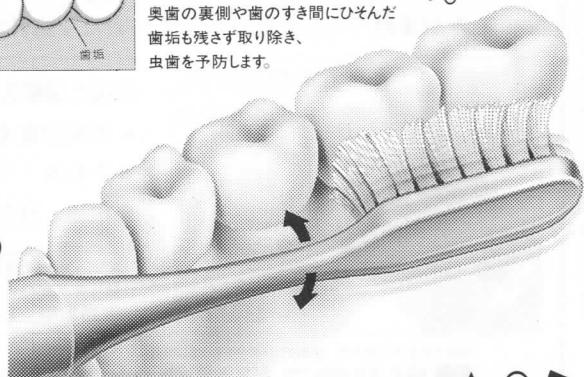
- EW159-W(白)  
標準価格11,000円(税別)  
●歯と歯ぐきの状態によって、  
回転数の使い分け(3段階切り  
替えスイッチ付) ●常時充電式  
●壁掛けOK ●丸洗いできます  
●クリーン充電



虫歯や歯槽膿漏の予防に

ナショナル  
パワーハブラシ

※お求めは、電気店・デパートで。



A&I  
快適を科学します  
Amenity and Intelligence を目표します。