

4月の平日夜間・休日診療

●平日夜間(海南病院・尾陽病院・津島市民病院)および休日診療に関するお問い合わせは、消防署または救急医療情報センターへおたずねください。

愛西市消防本部 …… ☎26-1100
救急医療情報センター …… ☎26-1133

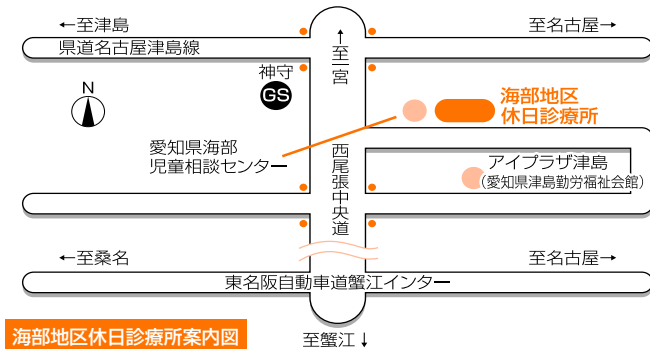
○当番医についての問い合わせは、消防本部でおたずねください。
 ○保険証は、必ずご持参ください。



**くすり安心電話を
ご利用ください!**

津島海部薬剤師会会員が薬の相談に応じます。お気軽にご相談ください。
 夜間：午後9時～翌朝午前9時
☎090-2136-3858

海部地区休日診療所		
津島市我原町字郷西37 ☎25-5210		
診療科目	診療日	受付時間
内科・小児科	日曜・祝日・休日	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分 午後6時～8時30分
	土曜日	午後6時～8時30分
歯科 (障害者の治療含む)	日曜・祝日・休日	午前9時～11時30分 午後2時～4時30分



海部地区休日診療所案内図

休日診療〈外科〉

◎診療時間／土曜日 午後1時～9時
 日曜・祝日 午前9時～午後9時

※午後9時以降は、消防本部へおたずねください。
 外科専門外の患者さんは、お断りする場合があります。

日(曜)	病院名	電話番号	市町村
4月1日(日)	なかむらクリニック	64-1888	弥富市海老江町
7日(土)	後藤整形外科	25-5511	津島市新開町
8日(日)	前田医院	22-6700	愛西市西保町
14日(土)	そぶえ整形外科	67-5010	弥富市中山町
15日(日)	奥村クリニック	22-2600	津島市申塚町
21日(土)	彦坂外科	25-8355	津島市東愛宕町
22日(日)	飯田ファミリークリニック	94-4891	蟹江町蟹江新田
28日(土)	ジュンクリニック	22-2333	津島市橋詰町
29日(日)	かみ形成外科	22-2077	愛西市西保町
30日(休)	八木外科	26-4417	津島市藤里町

歯の健康講座

第25回

**子どもさんは
口で呼吸を
していませんか?**

ほ乳類は一般的に鼻で呼吸をしています。人も激しい運動で酸素が足りなくなったときなどに口の助けをかりますが、本来は鼻で呼吸をする動物です。ところが最近、習慣的に口で呼吸をする子どもたちが目立って多くなっています。

この口で呼吸をする習慣(口呼吸)が歯並びを悪くする一つの要因ではないかと言われています。すなわち、口で息をし続けるためには、口を開き、舌を前に位置づけ、猫背の姿勢で頭を後ろに傾けることになります。このゆがんだ姿勢が、奥歯の咬み合せも上下の前歯が閉じない状態(開咬)や、上顎の歯列の幅を狭くして歯並びを悪くする環境をつくっていると考えられます。

また、口呼吸を続けると、口の中が常に乾いている状態になります。このため注意してよく磨いているのに、なかなか治らない歯肉炎や多発

するむし歯、口臭やはたまたカゼやアレルギーの原因になるともいわれます。

このように口呼吸の習慣で良いことは何一つありません。

「子どもさんはお口で呼吸をしていますか?」もし口呼吸の習慣があるなら意識して口を閉じ、鼻で息をするようにさせましょう。初めは少し大変かと思いますが努力してみましょう。お口にもいろいろな良い変化が現れてくると思います。

(海部歯科医師会)

