

●問い合わせ先 環境衛生課 ☎248-1202

## ●犬の登録・狂犬病予防集合注射日程

実施日	時間	会場
10月23日 (土)	午前9時 ～9時40分	杉並台中央公園 須屋市民センター
	午前9時50分 ～10時30分	泉ヶ丘市民センター 黒石市民センター
	午前10時50分 ～11時10分	JA菊池 合志中央支所北側 若原区公民館
	午前11時20分 ～11時30分	栄市民センター みどり館 野々島防災拠点センター

●登録料 3,000円  
●注射料 2,800円  
●注射済票交付料 500円

▼料金  
犬の死亡・飼い主の変更・住所変更など、登録内容に変更がある場合は環境衛生課までご連絡ください。

飼い犬の登録と、年に1回の狂犬病予防注射は法律で義務付けられています。犬の登録をしていない人は注射会場でも登録ができます。登録済みの人は通知がきを注射会場へお持ちください。

### 秋の狂犬病予防集合注射

▼材料  
犬の死亡・飼い主の変更・住所変更など、登録内容に変更がある場合は環境衛生課までご連絡ください。

▼料金  
犬の死亡・飼い主の変更・住所変更など、登録内容に変更がある場合は環境衛生課までご連絡ください。

▼募集要件・募集件数  
・月齢6カ月以上  
・市内で5件(1人1匹まで)  
※先着順のため、募集件数に達し次第、終了となります。

▼助成額  
手術費用(上限5,000円)

▼申込方法  
助成を受けたい猫の写真を環境衛生課にご持参ください。(窓口で申請書を記入してもらいます)

▼受付期限  
12月28日(火)

▼手術実施期間  
助成決定の連絡があった日から令和4年2月18日(金)まで

詳しくは環境衛生課または菊池保健所衛生環境課へお尋ねください。

▼問い合わせ先  
菊池保健所 衛生環境課  
☎0968(25)4135

### 飼い主のいない猫の 避妊去勢手術の助成

## 口腔トラブルの原因に

# TCH(歯列接触癖)



ながた歯科  
ながた 文明先生

今回は、ながた歯科の永田文明先生より、口腔トラブルの原因となるTCH(歯列接触癖)について話を伺いました。

●問い合わせ先  
高齢者支援課 包括支援センター班 ☎248-1126

**TCH(歯列接触癖)を知っていますか?**  
TCHとは、安静時にあっても上下の歯が接触し続ける癖の事です。TCHはTooth Contacting Habitの頭文字をとった略称であり、上下歯列接触癖と言います。  
何もしていないとき、口の中では上下の歯は接触しておらず、1〜3mm程度の隙間が空いています。  
上下の歯は会話、食べ物の咀嚼(かみ砕く)・嚥下(飲み込む)という動作をするときに瞬間的に触れるだけです。接触するのは、1日合計20分未満が適正とされています。目安として1日あたり20分以上、上下の歯が触れている場合はTCHと思われるます。

**TCHは口腔トラブルの原因になる**  
最近ではTCHがさまざまな口腔トラブルの原因になるという捉え方が一般的になってきました。  
強くかみしめなくても、上下の歯が当たるだけで咀嚼筋の活動が活発になり、顎関節は押さえつけられて血流が悪くなります。この状態が慢性化すると顎関節に負担がかかり口腔トラブルの原因となります。  
また、人間のかむ力は体重と同じくらいに相当するため、歯自体にも予想以上の負担をかけます。

**TCHが引き起こすさまざまな症状**  
顎関節症  
TCHと関係が深い症状といえば、まず顎関節症が挙げられます。絶えず歯を接触させているTCHは顎の筋肉や関節を使い続ける事になり、その結果、筋肉や関節の痛み、機能障害などが出やすくなると考えられます。

**歯や歯茎の痛み・違和感**  
TCHによって歯や歯根に負担がかかり続けるため、歯の痛みや違和感、知覚過敏などの症状が出る場合があります。歯が割れたり、詰め物が取れたりすることがあり、そこから虫歯が進行する原因にもなります。また、歯周病の進行が早まることもあります。

**慢性的な口腔外傷・口内炎**  
TCHによって頬の内側、舌などをかんでしまうリスクが上がります。強くかめば外傷に、慢性的に同じ場所を刺激すれば口内炎の原因になります。

の疑いがあります。歯が離れたままで唇だけ閉じられた人は特に問題ありません。

**TCHのセルフケア**  
TCHは病気ではなく、習慣と考えられているため、セルフケアで改善を目指すことも可能です。  
具体的な方法としては、冷蔵庫・天井・壁など普段目が行く場所に「歯を離す」といった内容のメモを貼るリマインダー(備忘通知)法があります。いつも「上下の歯を離す」と意識していれば、次第にそれが習慣化し、平均して数カ月あれば、TCHの改善がみられます。  
TCHが引き起こす口腔トラブル(顎関節症、虫歯、歯周病など)の発生リスクを下げるためにも、自分のかみ合わせ癖をチェックしてみましょう。



## クラッシーノ News

**秋のお彼岸フェア**  
9月20日(月・祝)～26日(日)  
お供えの品、準備はマルシェどうぞ  
お彼岸は祖先を敬い亡くなった人への供えとされています。マルシェでは切花やおはぎなどを取りそろえています。

**旬の果物 大集合**  
店内にはブドウや梨・ミカン・栗・柿など、おいしい秋の味覚の品を豊富に入荷しています。

**くまもと再発見の旅**  
熊本地域限定クーポンの登録店舗です。詳しくはホームページをご確認ください。

クラッシーノ・マルシェ 午前9時～午後7時 **営業時間**  
定休日=9月9日(木)  
生産者(野菜・果物・弁当・加工品などの出荷者)募集中  
問い合わせ先  
一般社団法人 クラッシーノこうし  
TEL 342-5554 FAX 342-5550  
ホームページ http://www.klassino-koshi.jp

## ユープレス弁天

**夫婦でポイント2倍**  
弁天会員は施設を利用するとポイントが付き、ポイントに応じてお得なサービスを受けることができます。  
毎月22日は『夫婦で幸せの日』を好評開催中。ご夫婦で利用されると弁天会員ポイントが2倍になります。会員数1万人を突破した弁天会員にぜひご加入ください。

**夫婦で幸せの日**  
とき 9月22日(水)  
※毎月22日開催中  
ところ 温泉、プール、トレーニングジム  
※ご夫婦とも弁天会員であることが条件です。

**営業時間**  
温泉/午前10時～午後10時  
プール/午前10時～午後9時  
トレーニングジム/午前10時～午後9時  
(日曜日は午後7時終了)  
レストラン/午前11時～午後3時 午後5時～9時  
問い合わせ先 野々島2441-1 ☎348-2626  
ホームページ http://www.u-benten.jp/  
**今月の休館日 9月9日(木)・24日(金)**