



# 歯ッピィ～はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-19

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311



こんにちは。長谷川歯科医院で事務を担当している木村です。今年は梅雨入りが平年よりも早い5月16日だったとのことなので、その分早く梅雨明けしてほしいものです。梅雨が明けたら本格的な夏です。コロナ禍により外出する機会も減ってきていますが、家の中にいたとしても熱中症になる可能性はありますので、こまめな水分補給を心がけましょう。

今回は、先月の『歯ッピィ～はせしか通信』で取り上げられていた「虫歯予防デー」について、その始まりを調べてみました。6月4日の「虫歯予防デー」が作られたのは1928年(昭和3年)、今から93年も前のことだそうです。昭和3年といえば、昭和天皇即位大礼やアムステルダムオリンピックが開催された年です。90年以上前から大々的に人々のお口の健康を守るために活動されてきていたというのはとても驚きです！ また、1932年(昭和7年)には大勢の小学生が集まって歯磨きをするイベントも開催されていたそうです。これが現「ライオン」主催の全国小学生歯みがき大会(今年で第78回)につながっています。

子供のころから、むし歯や歯周病にならないように歯みがきをしっかりとる習慣をつけていくことが、将来の身体の健康を左右するといっても過言ではありません。「継続は力なり」ということで、今からでも歯磨きをする習慣、糸ようじ(フロス)や歯間ブラシを使う習慣、歯科医院でむし歯や歯周病の予防処置を受ける習慣をつけてみてはいかがでしょうか。当院の歯科医師や歯科衛生士がしっかりとサポートさせていただきます！

事務 木村

歯とお口に  
まつわる歴史

## デンタルヒストリア

### 江戸時代の“美容BOOK”にも載る“舌みがき”

皆さんは舌のケアをしていますか？ 舌の表面に付着している舌苔ぜつたいは口臭の原因にもなるため、専用のブラシで除去するのがおすすめです。そんな舌のケアですが、江戸時代にはすでに庶民の間で行われていたそうです。江戸時代に発行された美容指南書「都風俗みやこふうぞく化粧伝けわいでん」には「楊枝にて舌の上の滓よごをなで去り…」と書かれ、舌苔をとっている女性の姿が描かれています。書の中では美白などの美容法からファッション、身のこなし方まで女性の美に関することが全網羅されています。このことから江戸時代の女性の美意識の高さが伺えますね。

