

# お口の健康を考える

皆さんは定期検診に行っていますか？



ほかり歯科医院（由利本荘市）  
南俣 隆太 先生

など全身的にも良くないことが知られています。お口をきれいにすることで体の健康を維持できます。

### 3 医療費や治療時間の負担を軽減

健康であれば病院に通うこともなく、治療費も検診費用で済みます。薬代も掛かりません。また治療に費やす時間を自分の趣味などに活かすことができます。

定期検診の間隔は、人にもよりますが3カ月から半年に一度でいいと思います。いつまでも健口で美味しく食事ができるように、ぜひ定期検診をお勧めします。

#### にかほ市でも成人歯科検診を実施しています

対象：今年度20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の方  
(対象者へは6月頃に受診券を送付しています)

費用：無料

実施期間：2月末まで

実施医療機関：にかほ市・由利本荘市の協力医療機関  
(実施医療機関一覧は対象者へ通知しています)

この機会にぜひ受診をお勧めします！

※このほか、今年度76歳の方を対象に後期高齢者歯科口腔健診も実施しています。

検診といっても様々ありますが、どの検診も検査を行い、悪くなっているところがないか確認して、悪いところがあっても早く治療することで、重症にならないようにするためにあります。言うまでもなく、病気は症状が出てからでは既だに進行してしまっていることが多いです。「今、特別痛いとか困ったことがないからいいや」とか「ちょっと忙しいから後回しにしよう」などといって検診を怠るとあとで後悔することになってしまいます。

歯科の場合も同じです。特に歯周病は静かな病気、沈黙の病気とも言われ、無症状のうちに進行し、症状が出た時には手遅れになることが多いです。また虫歯も痛みが出てからでは大掛かりな治療になったり、最悪抜歯しなければならず、歯を失うことになり、全身疾患の引き金と成りかねません。

そこで、歯科検診のメリットをご紹介します。

### 1 虫歯や歯周病、お口の病気の早期発見と予防

お口の中を見てもらうことで虫歯や歯周病を早期に発見し、必要であれば治療できます。また、お口の中をクリーニングしてもらうことで、歯が長持ちします。まれに腫瘍が見つかる場合もあります。

### 2 全身疾患の病気を予防

お口の中が不衛生だと、歯周病菌が体の中に入る



## 鳥海山・飛島ジオパーククリレーコラム ～日本海と大地がつくる水と命の循環～ vol.120

『“ダイヤモンド鳥海”はいつどこから見える？』



一般社団法人鳥海山・飛島ジオパーク推進協議会  
事務局次長兼主任研究員  
おのの まれかず

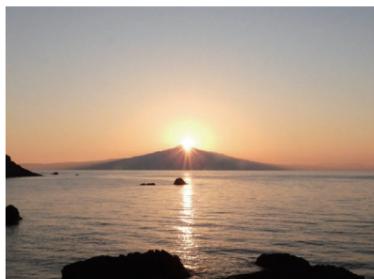
大野 希一 さん 地球は約23°傾いた状態で、太陽の周りを1年かけて回っています。これが季節によって昼間の長さが変わる原因です。一年で最も昼間が長いのが6月21日頃の夏至、最も昼間が短いのが12月21日頃の冬至で、これが“ダイヤモンド鳥海”が見える範囲に関わってきます。

夏至の頃に鳥海山の山頂から朝日が昇る様子が見られるのは、にかほ市象潟町洗釜付近と鳥海山の山頂を結んだ場所です。一方、冬至の頃に鳥海

山頂から朝日が昇る富士山は“ダイヤモンド富士”と呼ばれます。ということは、山頂から朝日が昇る鳥海山は“ダイヤモンド鳥海”と言えます。“ダイヤモンド鳥海”はいつ、どこから見るのでしょうか。

山の山頂から朝日が昇る様子が見られるのは遊佐町比子付近と鳥海山の山頂を結んだ場所で、この内側が“ダイヤモンド鳥海”が観察できる範囲です。飛島の勝浦港周辺では、2月22日頃と10月19日頃に“ダイヤモンド鳥海”が見られます。

ちなみに、正月に“ダイヤモンド鳥海”が見える場所は、遊佐比子インターチェンジの北2kmの国道7号線から鳥海山の山頂を結んだ線の周辺です。もし鳥海山が見えるようでしたら、元日は少し早起きして“ダイヤモンド鳥海”を探しに行ってみてはいかがでしょうか。



▲飛島から見た“ダイヤモンド鳥海”  
(2024年10月18日築川堅治氏撮影)

## 長野雅男さん 千枝子さん 夫妻 赤坂御苑にて秋の園遊会に出席

—天皇・皇后両陛下主催、秋田県からは6人を招待—

10月30日、東京・赤坂御苑にて天皇・皇后両陛下が主催された秋の園遊会に小滝地区在住の長野雅男さん・千枝子さん夫妻が招待されました。パリ五輪メダリストや各分野における功労者、国会議員や自治体関係者とその配偶者などが招かれ、秋田県からは6人を招待。長野雅男さんは東京・埼玉をはじめ全国各地の障がい者施設に勤務され、長年にわたり障がい福祉の発展に尽力された功績により、このたび出席されました。



園遊会に出席した長野雅男さん・千枝子さん夫妻

### 各種表彰

令和6年度ふるさと秋田  
農林水産大賞  
農林水産大臣賞  
農事組合法人

小出ファーム



平成28年に法人設立後、大規模なアスパラガスなどの半促成栽培や福祉施設利用者の受け入れなど、農福連携に取り組んできた功績が評価され表彰されました。

令和6年度秋田県  
民俗芸能功労者表彰  
鳥海山小滝舞楽保存会  
会長 吉川 栄一 さん

(小滝)



長年にわたり、保存会会長として、郷土芸能の伝承や後継者育成に取り組んできた功績が評価さ

れ表彰されました。

令和6年度環境・保健  
事業功労者顕彰  
結核予防事業功労者  
金 清子 さん (大町)



長年にわたり、にかほ市の結核予防など保健事業に携わってきた功績が評価され表彰されました。

### 寄附・寄贈

私の地元応援募金

明治安田生命保険相互会社より、私の地元応援募金としてご寄附をいただきました。



### 各種大会結果

第28回由利本荘市・  
にかほ市スポーツ少年  
団競技別交流会  
サッカー競技

▷U-12 / ①ニカホ

Win-sFC



ニカホWin-sFC(U-12)

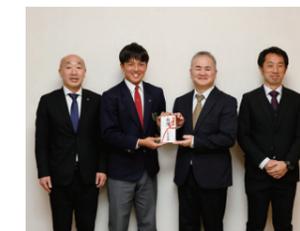
▷U-10 / ①ニカホ  
Win-sFC・Aチーム②  
ニカホWin-sFC・Bチ  
ーム



ニカホWin-sFC・Aチーム(U-10)

第103回全国高等学校  
サッカー選手権大会  
秋田県大会

①秋田県立西目高等学校  
サッカー部



主将の堀田昊生選手(堺)

第28回本荘由利地区  
小学生新人  
バレーボール大会

②平沢バレーボールスポ  
ーツ少年団

第74回本荘由利  
秋季柔道大会

▷有段の部 / ③にかほ市  
柔道連盟Aチーム

第62回本荘由利  
少年武道錬成大会(柔道)

▷団体 / ③金浦スポー  
ツ少年団▷個人 /▷3年生  
の部 / ③齋藤陽馬(金浦  
小)

第41回県南四郡市大会

▷団体 /▷一般の部 / ③  
にかほ市柔道連盟▷小  
学生高学年の部 / ③本荘  
由利Bチーム▷小学生  
低学年の部 / ②本荘由利  
Aチーム

にかほ市民文化祭2024

▷囲碁大会 /▷1部 / ①  
鈴木宏治(室沢) ②小野  
吉之(由利本荘市) ③松  
田芳洋(立石1区)▷2  
部 / ①篠原光義(小滝)  
②橘川孝(大町) ③大川  
壽美(室沢)、原田和夫  
(上荒屋)

### その他

5歳児健診でむし歯の  
なかったおともだち

佐藤祈来 / 榮喜玲央 / 伊  
東紡 / 尾留川暁令 / 齋藤  
玲音 / 関輝 / 齋藤和香 /  
阿部来善 / 横山楓 / 白沢  
夏萌 / 佐々木律 / 横山璃  
音 / 三浦伍葵 / 澤畑奏史  
/ 齋藤心咲