

(1面から続く)

理学療法士 小杉友哉

原水禁世界大会に参加し、核兵器廃絶への強い願いと、平和を求める多くの人々の声に深く感銘を受けました。広島・長崎の惨状を再び繰り返さないという決意が、世代をこえて受け継がれていることを実感しました。また、各国の参加者が国境を越えて連携し、核廃絶に向けた方法を模索する姿勢に共感しました。

この大会を通じて、平和を実現するためには、一人ひとりが声を上げ続けることの重要性を再認識しました。

医療ソーシャルワーカー

今堀美奈

被爆者の方々が、思い出すのも辛い体験を涙ながらに私たちに教えてくださり、胸が苦しくなることが多くありました。被爆者の中には、苦しみを打ち明けられずに亡くなった方も大勢います。



平和記念公園で渋谷原水協のみなさんと千羽鶴を奉納



開会会場で代表参加の4名。左から永野さん、今さん、小杉さん、伊藤さん

管理栄養士 伊藤亜美佳

その方々がそれぞれ抱く思いを、無かったことにしないよう私たちが伝えていく責任があると強く感じました。また、初めて聞く言葉も多く、無知である自分が情けなくもなりました。無知であることも、今後の平和を脅かす一因になりかねません。「あたりまえの平和はない」「明日この日常が壊れてしまうかもしれない」ことを胸に、今自分ができることに取り組んでいきたい。

のロシアは、核でウクライナを脅しています。核を持っていたら戦争は絶対に無くなりませんし、多くの人の命を失うだけです。実際に、被爆者の方が現在に至

民医連

代々木歯科コーナー

連載

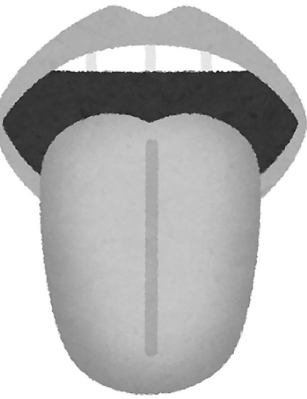


口臭の原因になる舌苔

—その12— 歯科医師 山内真人

「あっかんべー」とした時に舌が白くなっているませんか？健康な舌は薄いピンク色をしています。図のように舌の表面が白くなることを舌苔（ぜったい）と言います。

服用後などに見られることもありますが、健康な方でも口の中が不潔だと舌苔が付着しやすくなります。



舌苔は舌の表面に食べかすや細菌などが多量に付着した状態です。舌苔には口臭に関連した細菌も多く、口臭の原因となります。また、舌苔の細菌を誤嚥して肺炎を発症することもあります。

この舌苔を清掃するときには注意があります。舌は傷つきやすいため、過度に清掃すると傷つけてしまします。そこで、清掃は1日1回にとどめましょう。舌を傷つけずに、効率よく舌苔を取り除くには、舌ブラシ

を使用することが効果的です。やさしく奥から前へ舌苔を除去します。初めて行う場合は、1カ所につき2〜3回程度にしましょう。また、たくさん付いていても無理して1回で取り除こうとせず、日数をかけて少しずつ舌苔を取り除くようにしてください。

舌苔は抗生物質の長期使用で、清掃は1日1回にとどめましょう。舌を傷つけずに、効率よく舌苔を取り除くには、舌ブラシ

この舌苔を清掃するときには注意があります。舌は傷つきやすいため、過度に清掃すると傷つけてしまします。そこで、清掃は1日1回にとどめましょう。舌を傷つけずに、効率よく舌苔を取り除くには、舌ブラシ

を使用することが効果的です。やさしく奥から前へ舌苔を除去します。初めて行う場合は、1カ所につき2〜3回程度にしましょう。また、たくさん付いていても無理して1回で取り除こうとせず、日数をかけて少しずつ舌苔を取り除くようにしてください。



口腔内細菌カウンタ 出典：Panasonic 株式会社

代々木歯科では、舌苔中の細菌量を測定する医療機器（口腔内細菌カウンタ）を導入しています。舌苔や口臭が気になる方はお気軽にお問い合わせください。

るまでに様々な苦しみや、現地の悲惨な状況を感じることができました。また日本だけでなく、世界各国が一体となり核

兵器廃絶、そして戦争をなくし平和へ向けた運動に取り組んでいました。特に唯一の被爆国である日本が先頭に立って条約を推進してほしいという

訴えが多くありました。参加前と比べて平和な世界について考えられる機会となりました。こうした取り組みに参加していきたいと思っています。

「核兵器廃絶」アピール

8月6日、9日・千駄ヶ谷駅前

広島、長崎への原爆投下から79年目の8月6日と9日の昼、千駄ヶ谷駅前

で病院、友の会、労組で、核兵器廃絶アピール行動を行いました。原爆パネルも掲げ、「今日は原爆投下の日」、「広島と長崎の惨劇を繰り返すな」と訴え、署名を呼びかけました。小学6年のとき長崎で被爆された方や訴えにしばらく耳の傾けていた男性が署名をしてくれました。中国の青年は署名趣旨を読み賛同してくれるなど反響がありました。



訴えが多くありました。参加前と比べて平和な世界について考えられる機会となりました。こうした取り組みに参加していきたいと思っています。

サプリメントに頼らない生活

薬剤師 藤竿伊知郎 (元外苑企画商事)



8月8日、小林製薬は、紅麹製造・販売事業からの撤退と、摂取と症状に因果関係が認められる人を対象として、医療費や感謝料、休業補償を支払うと発表しました。7月23日会社が委嘱した事実検証委員会の報告

小林製薬は製品紹介に「米紅麹ポリケチドにはLDL(悪玉)コレステロールを下げて、LDL(悪玉)コレステロール値とHDL(善玉)コレステロール値の比率(L/H比)を下げる機能があることが報告されている」となっています。



「一方、紅麹紹介の特設ページを使って、「モナコリンKはその後の研究を経てコレステロール抑制剤(スタチン剤)として発売されました。コレステロールの約8割は肝臓で生成されます。モナコリンKは肝臓でのコレステロールの生成を抑えるため、強いコレステロール低下作用を示す」と、効能を紹介していました。

さらにCMでは、健康診断結果でLDLコレステロールの数値が高いことを気にしている人向けに、広く売り込んでいました。

(110) 紅麹事件の再発防止に向けて