

ておくから、後は総入れ歯を覚悟しなさい」とのつれない言葉に氣落ちして帰ってきた。

このままでは悔しくて、自分でできそうなことを考えた。一本ずつ丁寧に歯を磨くのが先決だが、栄養面にも注意し、カルシウムやビタミンD、Kも積極的にとるようにした。

あれから五十年の歲月を経て、恐る恐る最寄りの歯科医院で検診を受けた。歯肉の多少の減りぐらいで「あなたはいい歯をしていますね」と。

健全な歯十五本、治療済みの歯十四本で、がたつきも虫歯もなく、十一月八日の「いい歯の日」に、八十歳を記念して愛知県歯科医師会から表彰状をいただいた。

まったく思いがけないことで人生の喜びをかみしめ、今後も歯の維持に努めたいと思いを新たにしました。

歯の健康努め

80歳で表彰状

一上ふみ子 主婦 80

(名古屋市守山区)

三十代のころ、食料事情の悪さもあって、虫歯が増え続け、歯科医院に治療を受けに行った。

歯の状態の悪さに驚かれ「虫歯の処置はし