

歯科医院で撮影するレントゲン

歯科医院では、よくレントゲン撮影をしますが、どのような目的で、どのような種類があるのでしょうか？ また、頻繁に撮影して体に影響はないのでしょうか？

一般の歯科医院で撮影するレントゲンは、おもに2種類あります。目的の歯と隣の歯本をフィルムに写す「デンタル」という方法と、全ての歯や顎全体を写す「パノラマ」という方法です。

そのほかに「CT」という3次元撮影もありますが、いまだに普及率は低く、健康保険適応に制限があるため、撮影する機会は少ないです。いずれのレントゲン撮影も、むし歯の進行範囲や、肉眼で見ることのできない歯の根や骨の状態などを、できるだけ正確に知るためのものです。

「デンタル」は、目的の歯を明確に撮影することができるので、肉眼では見ることのできない歯の内部や根の周囲の骨の状態を知ることができます。

「パノラマ」は、口全体を写すために、歯周病や歯並びの傾向を把握しやすいことに加え、親知らずなど、

デンタルでは撮影できない場所や顎の痛みのため口が開かない状態でも撮影できる特徴があります。

レントゲン撮影は放射線という定義のなかの、X線というものを使用します。X線とは波長の短い高エネルギー電磁波のことです。これは、X線発生装置に高電圧をかけることによって撮影の瞬間のみ発生し、すぐに消え去るため、体のなかに留まることはありません。

さて、放射線ですが、実は普通に生活しているだけでも、わたしたちは自然界(宇宙・大地・食物など)から常に微量な放射線を浴び続けていて、これを自然放射線といいます。

このようにわたしたちの体が外から受けた放射線の量は「Sv(シーベルト)」という単位で表されますが、日本においてわたしたちが1年間に浴び続ける自然放射線量は、2.1ミリシーベルトといわれています。それに比べて「デンタル」や「パノラマ」は0.002〜0.01ミリシーベルト程度(自然放射線の1000分の1〜200分の1)です。ちなみに飛行機での東京〜ニューヨーク間1往復では、宇宙放射線の影響を受け0.11〜0.16ミリシーベルトです。

そのほか、インドやイランの一部地域では、自然放射線量が年間10ミリシーベルト程度のところもあります。が、今のところ、これらの地域でがんの死亡率や発症率の顕著な増加は報告されていません。

妊娠初期の胎児への影響について心配される人がいますが、歯科のレントゲン撮影は直接お腹にX線を照射しません。また、胎児への影響が発現するのは、一度に100ミリシーベルトの線量を受けた場合に相当するため、歯科におけるレントゲン撮影は胎児に影響を与えないと考えられます。

(岡谷下諏訪歯科医師会)

被ばく線量の比較

自然放射線(海外一部地域 1年間)	10 mSv
自然放射線(日本 1年間)	2.1 mSv
飛行機(東京-ニューヨーク1往復)	0.1 mSv
歯科撮影(1回)	0.01mSv

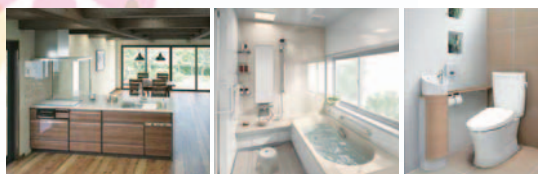
こちらも参考にしてください。

環境省ホームページ
身の回りの放射線
～被ばく線量の比較(早見図)



広告

住まいの困りごと、リフォームのご相談は まるごと岡谷酸素へ！



水まわり(キッチン・バス・トイレ)を中心とした、さまざまなリフォームを行っております。お気軽にご相談ください！

岡谷酸素株式会社 岡谷営業所 岡谷市湖畔2-3-7 TEL: 0266-22-4931

11月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

●諏訪の野鳥グループ 野鳥写真展
期間…11月1日(金)～15日(金)

●水墨画会 水墨画展
期間…11月16日(土)～30日(土)

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

●桜 まゆみ「心に花咲く歌謡ショー」
日時…11月9日(土) 午後1時～2時

●みん吉一座「懐メロ歌ごえコンサート」
日時…11月17日(日) 午後1時30分～2時30分

♥災害支援チャリティ 大浴場半額デー

11月23日(土・祝)は、大浴場入浴料を通常の半額とし、当日の入浴料全額を災害支援金として寄付します。



♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(芝生広場)

今年最後の屋外フリーマーケットです。たくさん出店があり、掘り出しものが見つかりますよ。

日時…11月17日(日) 午前9時～午後4時ごろ



♥諏訪湖ハイツの温泉で健康づくりをしましょう

大浴場…子どもから高齢者まで、みんなで楽しめる温泉です。家族みんなで利用してみませんか。未就学児童は無料で入浴できます。

福祉風呂…介護認定を受けた人、身体障害者手帳・精神障害者福祉手帳・療育手帳などをお持ちの人に、家族や介護者と一緒に楽しんでいただける個室の温泉です。1日4組の予約制です。

温泉リハビリ施設…障がいのある人や高齢の人、一般市民を対象に、水中運動・体操・ストレッチなどを行う「歩行プール」「機能訓練室」があります。ご利用ください。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

美肌の湯 ロマネット

★毎月第2木曜日は

お客様サービスデー「ロマネットの日」

期日…11月14日(木)

※詳しくは館内掲示板をご覧ください。

★毎週土曜日はファミリーデー

子ども(3歳～小学生)連れのご家族は、全員入浴料が割引に♪週末は、ご家族そろってロマネットへ♪

★食事処やまびこ 今月のおすすめ

11月のおすすめは、【辛みそ焼き豚うどん(みそ味) 870円】です! ニンニク入りのピリ辛みそが、あと引くおいしさです♪

※メニューは変更になる場合があります。



★毎年恒例! 秋の味覚販売!

今年もおいしい秋の味覚・果物を特別価格にて販売します! 天候により収穫時期が未定のため、販売日時は館内掲示板でご確認ください。



◎メンテナンス休館日のお知らせ

11月12日(火)・13日(水)は設備メンテナンスのため、全館休館となります。14日(木)からは通常通りの営業です。ご不便をおかけしますがよろしくお願いします。

◎本券を切り取ってフロントにお持ちいただき、現金でお支払いください。
※他クーポン券・割引券との併用はできません。
※ご利用は1回のみです。
※朝風呂時は対象外
※現金や入浴券との引き換えはできません。
※スタンプサービス対象外

キリトリ線
おやか温泉
ロマネット
11月分
岡谷市民特別割引券

大人 540円→400円
小人 280円→200円

本券1枚で5名様までご利用いただけます。
有効期限:令和元年11月1日～11月30日

問合せ●ロマネット ☎27-6080

ご存じですか?
ウェルワーク
諏訪湖

★ぜひ会員になってご利用ください★

入会金…1人300円 会費…月1人500円

★お問い合わせ・お申し込みは★

ウェルワーク諏訪湖 ☎24-3010

ウェルワーク諏訪湖

検索

事業所の福利厚生をサポート!

(一財)諏訪湖勤労者福祉サービスセンター(愛称:ウェルワーク諏訪湖)では、岡谷市と下諏訪町の中小企業、商店、個人事業所などで働く人を対象に、個々の事業所では難しい福利厚生サービスを、会員の会費と両市町の支援のもとで実施しています。

事業内容の一部をご紹介します!

【共済給付】

- 結婚祝金
- 出産祝金
- 子どもの入学祝金(小中学校)
- 結婚記念祝金(金・珊瑚・銀婚)ほか



【イベント】

- いちご狩り・ブルーベリー狩り
- 観光地バスツアー(年9回)
- ヨガなどの健康づくり講座

【受診等補助】

- 人間ドック受診
- インフルエンザ予防接種
- 個人・社員旅行

豊かな暮らしを
お手伝いします

【入場券補助】

- ディズニーリゾート
- ナガシマスパーランド
- スカラ座映画鑑賞
- レストランチケット

【回数券補助】

- ロマネット
- 下諏訪温泉
- すわっこランド

広告

11月の図書館情報

絵本の読み聞かせ、語り、紙芝居、パネルシアターなどのおはなし会を定期的に行っています。みなさん、おはなしの世界と一緒に楽しみましょう。



☆日曜日のちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：11月10日(日) 午前11時～

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：11月19日(火) 午前11時～ (20分程度)

☆おはなしの森(園児・小学生向け)

日時：11月2日・9日・16日・23日・30日の土曜日 午前11時～ (20分程度)

☆「ぬいぐるみのおとまり会」開催

お気に入りのぬいぐるみを図書館に宿泊させてみませんか？ぬいぐるみたちが、図書館の仕事をしたり、館内を探検しますよ！お泊りのようすを撮影し、カードにしてプレゼントします。



期日：お泊り受付：11月23日(土・祝)・

お迎え：11月24日(日)

参加対象：あなたのぬいぐるみ(1人1つ)

参加条件：23日の「おはなしの森」にぬいぐるみといっしょに参加。ぬいぐるみが気に入った本を借りてね。

定員：30名(希望者多数の場合は抽選)

申込み受付期間：10月26日(土)～11月10日(日)

※会場はいつでも2階会議室です。

◎11月の休館日：5日・11日・18日・25日・29日

今月のテーマブックス「体ぶるぶる 怖いおはなし」

11月17日(毎月第3日曜日)は「うち読でエ」読の日

申込み・問合せ●岡谷図書館 ☎22-2031

0123 こどものくに 11・12月のイベント



参加無料

♣ベビーフラダンス講座(11月4日(月)より申込み開始)

抱っこひもで赤ちゃんを抱っこしながら、音楽に合わせて踊るベビーフラダンスで、母子の絆を深めましょう。

日時…12月4日(水) 午前10時～11時

対象…首が座った3か月～1歳半前後の子どもと保護者

講師…沓掛加奈子さん

持ち物…抱っこひも or スリング

♣食事講座(11月11日(月)より申込み開始)

調理実習(保護者)と試食(子どもと一緒に)

日時…12月11日(水) 午前10時～11時45分

対象…保護者

持ち物…エプロン、三角巾、材料費(300円)

託児あり

利用できる人…0歳～3歳までの子どもとその保護者。

兄弟は就学前の子どもまで一緒に入館できます。

利用料…利用者登録200円(年度更新)

楽しい行事を毎月実施！ 申し込み不要です。

11月 1日(金)	リズム運動遊び・お誕生会	午前11時～
6日(水)	子育て相談	要予約
8日(金)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
14日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
15日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
18日(月)	歯っぴー相談	午前10時30分～
20日(水)	食べるのだいすき!	午前11時～
21日(木)	ベビーマッサージ	午前10時30分～
25日(月)	べったんこの日	一日中
28日(木)	歯っぴー相談 もぐもぐ相談	午前10時30分～ 一日中

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

広告



ヤマハ音楽・英語教室

個人レッスン

- ★ピアノ
- ★フルート
- ★クラリネット
- ★ヴァイオリン
- ★エレクトーン
- ★サクソ
- ★ウクレレ
- ★トロンボーン
- ★トランペット
- ★チューバ
- ★ドラム
- ★ギター

30分無料体験受付中(吹奏楽部対応可!)

事前お申し込み・お問い合わせは

(株)オグチ楽器

音楽教室

1歳…11/5・19・26(火)10:00
2歳…11/12・19・26(火)11:00
年少…11/9・16・30(土)9:00
年中長…11/2・9・16(土)11:10

英語教室

1・2歳…11/5・12・19(火)10:00
年少…11/5・12・19(火)16:00
年中長…お問い合わせください



岡谷市神明町3-1-3(フォレストモール内)
☎0120-970-091

無料見学開催中!



ヤマハシニア向け新コース 青春ポップス

岡谷フォレストモールで実施♪
(50～80代の歌って踊れるグループレッスン)

11/6・20(水)14:00 見学お気軽に

フォレストモール岡谷センター担当
小尾口(こおぐち) ☎070-5078-2955