

住所の変更などをされる方は、異動の届け出を忘れずに！

3月は、就職や転勤、入学などで引っ越しをされる方が多い時期になります。住所の変更をされる方や世帯の内容に変更が生じる方は、住民票の異動の届け出が必要となります。

住民票は、住んでいるところを証明し、保険・年金・医療などの行政サービスの基礎となる大切なものです。

●届け出の種類

届け出の種類		届け出の期間
転入届	新たに町内に住所を定めたとき	前住所地の市区町村長が発行した転出証明書をお持ちのうえ、住所を定めた日から14日以内に届け出をしてください。
転出届	町外へ住所を移すとき	転出する日の14日前から転出するまでに届け出をしてください。
転居届	町内で住所を移したとき	住所を移した日から14日以内に届け出をしてください。
世帯変更届	世帯主の変更、世帯の合併、世帯の分離	世帯に変更があった日から14日以内に届け出をしてください。

●本人確認書類をお持ちください

第三者による虚偽の届け出を防止するため、本人確認を行っています。

届け出に来られる方は、次の本人確認書類をお持ちください。

●本人確認書類の種類

住民基本台帳カード、運転免許証、旅券（パスポート）など顔写真の付いた官公署発行のものであれば1点、健康保険証などその他のものであれば2点以上お持ちください。

●代理による届け出は委任状が必要です

代理の方が届け出に来られる場合は、依頼を受けたことを確認するための委任状が必要です。

●その他

届け出に来られる方の印鑑をお持ちください。

住民票の異動に伴い、保険・年金・医療などの手続きが必要となる方もあります。手続きの内容により、必要な書類などが異なりますので、あらかじめお確かめのうえお越しください。

問い合わせ先 役場 住民課 内線 173・174

歯の健康講座

Dental Health
海部歯科医師会

『歯がしみるのですが…』

朝夕の冷たい水道水でうがいをする、歯がしみることがあります。また、冷たい外気に当たってもしみることもあります。冷たい物でしみるというのは、むし歯の初期症状であることが多いようです。

樹脂や金属の詰め物・かぶせ物、必要があれば神経の処置をします。歯根露出については、しみ止めを塗布したり敏感になった神経をレーザーなどで鎮静させたりします。

むし歯でエナメル質に穴が開いたり、あるいはすり減ってしまったりして中の象牙質が露出すると、冷たい物や甘い物がしみるようになります。

軽度にしみるのであれば1回で落ち着くこともありますが、数回かかることが多いです。すり減りが大きな穴になつていけば合成樹脂で埋めます。さらに、著しくしみる場合は神経の処置になります。

また、歯周病や乱暴な歯磨きなどで歯の生え際の歯肉が退縮して根が露出して同じようにしみます。象牙質には象牙細管という管が通っていて、そこには神経線維の末端が通っています。

また、歯磨き剤のCMで聞き覚えがあると思います。が、ごく軽度にしみるのであれば長期に使用して治めていく方法もあります。早期なほど簡単な治療で済みますから、しみることを我慢しないでかかりつけの歯科医師に診てもらいましょう。

それがしみるという刺激が伝わるのです。ですから、歯がしみる原因は大きく分けて「むし歯」と「歯根（象牙質）露出」が考えられます。治療法としては、むし歯は穴が開いているところに合成

