

# お口はいつも清潔に！

歯の生活習慣病といわれている歯周病は、口の中を不衛生にすることにより細菌が増殖し、歯を支えている組織が少しずつ破壊されていく病気です。意外にも自覚症状に乏しく、手遅れになりがちなこともあります。歯磨きのときの出血や歯ぐきの腫れや痛み、口臭などが気になったら早めに歯科医を受診しましょう。



歯周病の大きなリスクとして、細菌の作る毒素や炎症を引き起こす物質が、血液を介して全身に悪影響を及ぼす場合があります。また、お口の中を不潔にしておくとお口の雑菌が、食べ物や唾液と一緒に肺に入ると、肺が炎症をおこしてしまつ、誤嚥性肺炎の罹患率が高くなつてしまいます。

**健康なお口は健康な身体の礎**

お口の中はいつも清潔にして歯周病や肺炎の予防に努めましょう。そして、かかりつけ医をもって**早期発見、早期治療**を心がけましょう。

# 突然現れるパソコンの警告表示をすぐにクリックしないこと！

パソコンを操作中に使用中のパソコンの危険などを知らせる警告表示が現れて不安になり、セキュリティソフトやパソコンの性能を改善するソフトなどをインターネット経由でダウンロードしてしまい、解約したいという相談が増加しています。なお、平均契約購入金額は6000円です。パソコンに突然表示される警告表示などは、本当にそのパソコンの状況を知らせるものとは限らず、消費者を不安にさせてソフトの購入手続きに誘導する広告の可能性もあります。

**【問題点】**

- ① パソコン画面上に、自分のパソコンの状況を知らせているかのような警告を突然表示し、消費者の不安をあおる。
- ② さまざまな表示方法により、購入手続き画面に誘導している。
- ③ **【アドバイス】**
- ④ パソコン画面に突然に警告表示が出ても、信頼できる表示かどうかわからない場合には、クリックしないこと。



- ② 日本語で問い合わせができる窓口の有無も購入の1つの基準として、複数のソフトを比較検討して購入すること。
  - ③ パソコンの危険な状態を回避するために、独立行政法人情報処理推進機構（IPPA）の情報セキュリティ安心相談窓口のホームページで情報収集すること。
  - ④ クレジットカード番号の入力前に料金や有効期間（契約更新の有無）などを確認する。
  - ⑤ トラブルにあった場合には、最寄りの消費生活センターに相談すること。
- （国民生活センター注目情報から引用）