

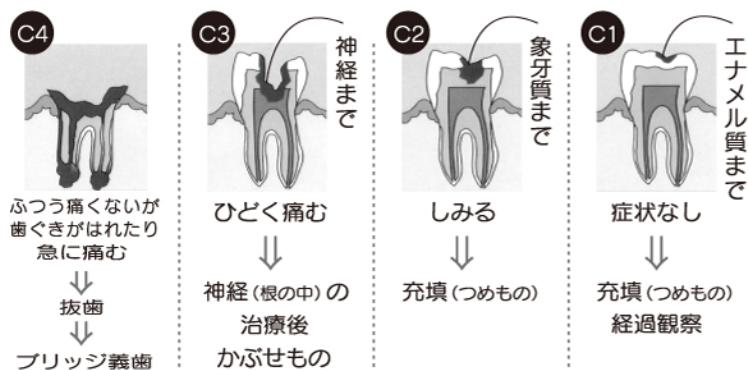


ハハPress

【第5号】
2011年9月

虫歯を防ごう！

皆様、虫歯ができる原因を御存知でしょうか？
今回は、虫歯の原因とその予防について、簡単に御紹介致します。



1 口の中には沢山の細菌が住んでいます。

その中の一つ「ミュータンス菌」が主な虫歯の原因菌です。

2 口の中の虫歯菌が食べ物の中の砂糖を

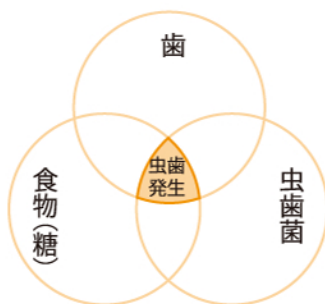
栄養にして表面にネバネバした物質を作り出します。

3 そのネバネバした物質の中に、虫歯菌や

他の細菌が住みつき増えていきます。これが歯垢(プラーク)です。

4 歯垢(プラーク)の中の虫歯菌は、

食べ物の中の「糖質」を材料に酸を作り次第に、エナメル質を溶かし始めます。これが虫歯です。



しんまち歯科クリニック
院長 田中正一

- 「虫歯の予防について」
- ① 毎食後の歯磨き。特に夜、寝る前の歯磨きを丁寧に。
 - ② 甘い物を減らす。
 - ③ カルシウムをとり強い歯にする。
 - ④ 定期的な歯科検診(お口の清掃)が大事。

お好みのハーブティーを飲んでリラックスしてみたいはいかがですか？治療前でも大丈夫です。各クリニックの待合室に置いてあります。是非試してみてください。



ブラックアダーティー

自然に甘いリコリス(甘草)は消化を助け、神経緊張を軽減するといわれています。

このティーは4種のハーブのブレンドにより、強壮感のある風味になっております。カフェインゼロで女性の元気をサポートするティーとしてもおすすめです。

- 原材料名 | ●リコリス (甘草)
●フェネルシード (ウイキョウ)
●ペパーミントの葉
●アニスシード

ニュージーランドを代表する天然素材にこだわったリコリス(甘草)のハーブティーです。

【リコリス(甘草)のはたらき】

- ・アメリカの国立ガン研究所は、リコリスはガン予防にとっても重要度が高い食品と発表されています。
- ・ストレスに対して有効であるといわれています。
- ・リコリスの成分は口腔内の細菌をおさえる効果があります。
- ・女性ホルモン様作用を持っているといわれています。

注意：妊娠中の方、授乳中の方、高血圧や腎臓に疾患のある方にはおすすめしていません。薬を服用あるいは通院中の方は、医師とご相談の上、お飲みください。

45g(25袋) ¥1,260 (税込)

この製品は、ニュージーランド レッドシール社 (創立1992年) の製品です。

メンテナンスって
大切ですよね！

こんにちは、めぐみ歯科クリニック
八幡で助手をしている黒沢です。

先日、長年乗っている自慢の
愛車を車検に出しました。2年に
1回の車検でしか車の総点検を
しなかったもので出費がかさんで
しまいました。自業自得です。
車でも、オイル交換等その他の
メンテナンスをちゃんとやって
おけば、車検の値段が…と思って
います。歯も同じように、日頃の
メンテナンスが重要です。定期的
に虫歯が無いか、歯石がたまって
いないか、検診を受けることで虫歯や
歯周病で歯をなくすといった
大事故を防ぐことができます。



めぐみ歯科クリニック八幡
歯科助手 黒沢 礼子

患者様の中には、歯が痛くなったり
何かあったりしないとなかなか
歯医者には行かない方もいらっしゃい
ますが、悪くなる前に検診や歯の
クリーニングを受けられたら良い
と思います。

最近、歯が無い人に比べ自分の
歯で噛める人は寿命が延びて病氣
にもなりにくいといわれています。
お口の中の歯石や汚れをきれいに
とってもらうと、とても気持ち
いいですよ。身体もお口も車も
メンテナンスは大切なことです。
ちなみに、お口のメンテナンスは
ケースにもよりますが3ヶ月に1度
です。

季節の便り

秋の訪れを告げる風には風情が溢れます。
いくつか御紹介しましょう。

【芋嵐】いもあらし

芋の大きな葉をひるがえす程強く吹く風。

【野分】のわき

のわけと呼ばれることもあり、台風の前称で
野の草を吹き分ける強い風。

【雁渡し】かりわたし

雁が渡ってくるころ(初秋付近)に吹く北風。

【爽籟】そうらい

秋の風の音に注目した言葉で
さわやかな秋風のひびきを表す。



季節の花『菊』
50円硬貨や
パスポートにも
使用されている
菊の花。

【今回のテーマ】
秋の風





和白歯科クリニック
歯科衛生士 浦口 恵子

あの頃は…若かった！

メールを目にした途端、私は突然20代。

朝の十和田湖を、自転車で走る私にタイムスリップです。

それは、35年前のこと。

今年は、縁遠くなっていた友人から、何故か次々と

便りのある、何だか不思議で嬉しい年です。

あれから30数年…。

丁度私も、人生での出会いや縁を振り返っているそんな『時』

私にとって、このタイミングでの再会は

『特別』な気持ちになりました。

互いに近況を語り…。あの頃を語り…。

風景も、思い出も、そして年齢までもが、

あの頃の私達です。不思議。

私達の青春時代には無かった「携帯電話」携帯メールが、

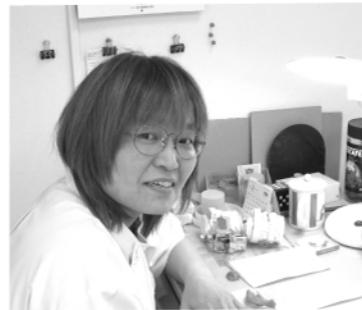
私達を再会させてくれました。今はまだ、メールでの再会ですが、

「本当の再会」を果たした時、

初めて流れた月日の長さを互いに実感することでしょう。



VOL.5 技工士



ポストンテクニカル
歯科技工士 本田 まゆみ



油断して、体調を崩しやすい時期
ですね。

日々の仕事の中で、いろいろな
症例・ケースで患者様の「歯」を
製作している訳ですが、製作した
人工物の噛み合わせが、高かったり
低かったり、きつかったりしますと、
患者様の口腔内で違和感を感じ、
それにより頭痛、肩こり、体への
他の影響が出てくる恐れがあり
ます。そういうことのない人工物を
製作する為に毎日緊張の連続です。
自分の「歯」がいかに大事で大切かを
感じています。

世の中は、「デジタル化」になって
おりますが、アナログの「自分の歯」を
大切に。

皆様、「80歳で20本の自分の歯」を
目指して健康でいましょうね。

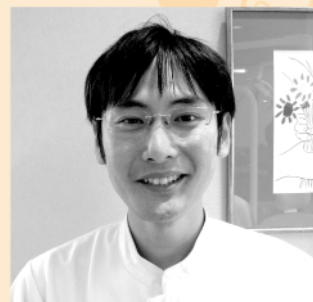
皆様、はじめまして。医療法人
恵祐会の歯科技工物(補綴物)製作に
携わっておりますポストンテクニカルの
歯科技工士の本田と申します。
皆様いかがお過ごしでしょうか？
少しずつ涼しくなって参りましたが、
夏の疲れ等ででいてませんか？

ハミガキで リフレッシュ

皆様は朝歯磨きをしていると、眠かった頭が段々すっきりとしてきたという経験はないでしょうか？

実は歯磨きには、仕事や勉強等で疲れた脳を活性化してリフレッシュするとう、疲労回復の効果もあるのです。

そんな毎日の歯磨きにおすすめなのが、植物由来の薬効成分のみで作られた歯磨き粉フィットシールドです。化学物質を一切使用していないため、お子様からご年配の方まで安心してお使い頂けます。



かんだ歯科クリニック
院長 小野 紘明

今年7歳になる私の娘も、子ども用のバブルガム味を使い始めてから、喜んで歯磨きをするようになりました。

多種のハーブがもたらす爽快感は、リラククス効果抜群ですよ。

ところで、先日の女子サッカーなでしこJAPANのワールドカップ優勝は、久々に日本中が元気になった明るいニュースでした。

歯科医院も女性がチームで活躍する職場です。かんだ歯科クリニックでは、スタッフ一同明るいチームワークで皆様をお待ちしております。

クイズ

秋の野に咲く「秋の七草」。
「春の七草」と違って、
食べることなく眺めて楽しめます。
七草の種類は、尾花(おばな)
桔梗(ききょう) 撫子(なでしこ)
藤袴(ふじばかま) 葛(くず)
萩(はぎ)、ではもう一種の野草は
何と読むでしょう？

『女郎花』

※(クイズの答え)は、本頁の下部へ

東日本大震災により被災されました方々に、心よりお見舞い申し上げます。
医療法人恵祐会では、
歯ブラシや歯科衛生用品等の売上の一部を
東日本大震災の義援金として寄付を致しております。一日も早い復旧・復興を心よりお祈り申し上げます。

編集後記

「学問の秋」「食欲の秋」「スポーツの秋」へと突入して参りました。過ごしやすい気候になり、集中力が増すようです。今年の秋は「読書の秋」に挑戦してみます。皆様もぜひ素敵な秋と出逢えますように。

医療法人恵祐会

ハハハの会 入会のご案内

地域の皆様に歯科情報を多く発信致します

(年会費1,000円)

ラテリエの歯ブラシを3本差し上げます。

会員特典

- 1 定期的会報の送付
- 2 口腔ケア商品のクーポン送付
- 3 ホワイトニング等のクーポン送付
- 4 その他、定期的にキャンペーン等も企画しております。

しんまち歯科クリニック

北九州市小倉南区田原新町2-4-16
TEL : (093) 475-3830

かんだ歯科クリニック

京都府刈田町富久町1-2-1
TEL : (093) 435-1033

めぐみ歯科クリニック八幡

北九州市八幡西区中の原2-19-3
TEL : (093) 613-0418

めぐみ歯科クリニック行橋

行橋市道場寺1409-5
TEL : (0930) 25-0012

めぐみ歯科クリニック水巻

福岡新水巻インプラントセンター
遠賀郡水巻町立屋敷1-14-5
TEL : (093) 203-1888

和白歯科クリニック

和白口腔外科インプラントセンター
福岡市東区和白丘2-2-35
TEL : (092) 605-8311

ハートフル歯科クリニック

行橋市大橋3-1-28
TEL : (0930) 26-4618

新小文字歯科クリニック

新小文字インプラントセンター
北九州市門司区大里新町3-8
TEL : (093) 372-3939



医療法人 恵祐会

北九州市小倉南区田原3-2-24
TEL : (093) 474-8616

<http://www.keiyukai.gr.jp/>
〒816-0001 北九州市小倉南区

