

ヴィータ歯科通信

2012年11月号

院長ご挨拶

〜七五三のシーズンですね〜

こんにちは。院長の河添です。

今年もクリスマスケーキの予約が始まっているようですね…もうそんな季節なのかと実感してしまいます。

今日は、七五三のシーズンですね。7歳、5歳、3歳とお子さんの成長をお祝いしますが、身内の方やご親戚の方にも七五三のお子さんはいらっしゃいますか？

七五三の代名詞と言えば「千歳飴」、子供の頃は全部食べるのが大変でしたよね？私の娘も、飴そのものには喜びながら、大変苦労して食べていました。

子どもの成長を喜び気持ち、そしてこれからも健康に育つて欲しいと願う気持ちは、全ての親御さんに共通した気持ちだと思います。

当院では、「**お子さんの歯の健康を守る**こと」を通じて、お子さんの成長をお手伝いしたいと思っています。

自分の歯をいつまでもいつまでも大切にすることが、歯とお口に限らず、身体の健康の第一歩だと思います。

子どもの頃から歯の健康を守ることを習慣にして、ずっとずっと歯を大切にしたいと願っています。



院長 河添克明

歯とお口の健康のお話 第9回

〜歯ぐきの健康を守っていきましょ〜

大人が歯を失う原因として最も多い『**歯周病**』、今回は多くの方が気にしている**口臭との関係**をお話します。定期的にチェックして、良い状態を保ちましょ〜

ポイント **口臭があることをよく言われる…**

口臭があるからといって歯周病とは限りませんが、**歯周病やその他の病気の可能性**があり、注意が必要です！



例えば、炎症があり膿が出ているような場合、口臭が強くなりがちです。つまり、口臭を起している原因は**細菌**だということです。

特に歯周病の場合、**症状が進行すると共にかかなり強烈なニオイ**になってくるのが大きな特徴です。

ただ厄介なことに、口臭に限らずニオイというものは**自分では気付かなく、他人も指摘しづらいもの**なので、口臭がきつくなってもなかなか気付かれません。

歯周病が原因で口臭があっても、それに気付かずに歯周病が進行して口臭もひどくなってしまふことがあるので、気になったときは早めに受診してくださいね！

歯とお口の健康のために大切なことば…

- ① 毎日の正しいブラッシング
- ② 歯科医院での定期的なクリーニング

知っておきたい歯の基礎知識

〜フクフクうがいを習慣に！②〜

むし菌や歯周病を予防するために、歯をみがいた後や食後に『**フクフクうがい**』をする習慣が効果的であると前回お話ししました。

歯みがき後・食後に加えて、ぜひ『**朝のフクフクうがい**』も習慣に加えてみてください。

実は夜寝ている間に、お口の中は細菌やウイルスなどが増殖しやすい環境になります。そんな状態で、起きてすぐに食べた飲み飲んだりしたらどうでしょう？

たくさん細菌を一気に体内に流し込んでいるのと同じことになってしまいますよ…

本当は、**朝起きてすぐに「歯をみがく」ことを習慣**にできれば、それがベストです。

でも、朝は忙しいですし、起きてすぐに歯ブラシをお口の中に入れることに抵抗がある方も多いのでは？

そこで、『**朝起きたらまずフクフクうがい**』を習慣にしてみてください！



お口の中がスッキリして、朝ごはんもすすみますよ！



わたせ泌尿器科クリニックさん



院長 渡瀬秀樹先生

西部医療センター城北病院に長年勤務され、実績豊かな渡瀬先生です。外来手術も行っています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	/
16:00~18:30	○	○	/	○	○	/	/

外来手術…月・木 休診…日・祝・水午後・土午後

お問い合わせ…**052-911-2112**

黒川クリニックさん



院長 村山正道先生

風邪は万病の元。ちょっとした体調の変化でも早めに相談することが肝要です。認知症外来も行っています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~12:30	○	○	○	/	○	○	/
16:00~18:30	○	○	◇	/	○	○	/

◇…19:00まで 休診…木・日・祝・

お問い合わせ…**052-508-7212**

ヴィータ黒川ひろば

ヴィータ黒川は、クリニックや介護・福祉施設、調剤薬局などが集まった総合医療モールです。

どの診療科も熱心な優しい先生ばかりですから、歯科だけでなく、身体の具合が悪かったり、心配事がある場合には、ぜひ相談してみてくださいね！

カルチャーClubあかねさん



“ダイバーショナルセラピー”と“アロマ・セラピー”を取り入れて、『楽しみ=趣味活動を通して心身の活性化をはかることを目的』に運営されているデイサービスです。

『長く趣味を持ち続けること』、『趣味を通じて、たくさんの方と交流すること』など、各個人の“楽しみ”と“ライフスタイル”に焦点をあてたサービスを提供されています。

お問い合わせ…**052-508-4184**

テック黒川デイサービスさん



午前・午後、半日のデイサービスです。フィットネスマシンなどを利用した筋力・持久力を高めるトレーニングや、バランスボール・ストレッチポールなどを利用した平衡感覚・柔軟性を高める体操など、利用者様に合わせたリハビリプログラムを提供されています。

利用時間…9:00~12:10、13:30~16:40

営業日…月曜～金曜（祝日営業） ※送迎あり

お問い合わせ…**052-508-7812**

尾田整形外科さん



院長 尾田靖先生

肩・腰・足の痛みは尾田先生に相談してみましよう。リハビリ、リウマチはもちろん、皮膚科・美容皮膚科の分野も診てくださいます。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
16:00~19:00	○	○	○	/	○	/	/

休診…日・祝・木、土午後

お問い合わせ…**052-508-7818**

ピアゴ ラフースコア 黒川店さん



“安心”と“安全”にこだわった品ぞろえは、まさに『地域の台所』と呼ぶにふさわしい存在です。特定保健用食品の取り扱いにも力を入れていらっしゃいます。

営業時間：9:30~21:00

ピアゴさんのホームページから、チラシ・お得情報が確認できますよ！

Vita Cafeさん



- クリニックの待ち時間に…
- ちょっとひと息つきたいときに…
- 美味しいコーヒーとハーブティーが飲みたくなったら…

ぜひ、Vita Cafeさんへ！

認知症やお体の不自由な方にとっても安心なサポート体制も整っています。

営業時間…月曜～金曜 9:00~16:30

土曜 9:00~16:00 日曜休業

中日調剤薬局 黒川店さん



地域のかかりつけ薬剤師さんとして、全ての医療機関からの処方箋を受け付けてくださいます。薬のスペシャリストとして正確な調剤と服薬指導はもちろん、身近な健康アドバイザーとして親切丁寧に対応してくださいます。

営業時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~19:00	○	○	○	○	○	◇	/

◇…18:30まで 休業日…日・祝

お問い合わせ…**052-508-7158**