

ヴィータ歯科通信

2015年
8月号

院長ご挨拶

〜冷たいものが歯にしみる…〜



こんにちは。院長の河添です。

梅雨も明け、夏本番！毎日暑い日が続きますね。

これだけ暑いと、**ついつい冷たい飲み物や食べ物に手が伸びやすくなります。**

ただ、冷たいものを摂りすぎてしまうと、内臓が急に冷やされ消化機能を低下させ、**食欲が低下したり、胃腸の調子が悪くなった**りしがちです。

冷房は身体を自然と冷やしますし、**身体を温める食べ物も摂るように**したほうが良いでしょう。

ところで、冷たいものや温かいものを食べると**歯にしみる**なんてことはありませんか？

夏になると、この「しみる」という症状で来院される方が増えます。

むし歯や歯周病が原因の場合もありますが、「**知覚過敏症**」という症状も多いものです。

「しみる」ということは何か異常が考えられるので、おかしいなと思ったらすぐに受診してください！



院長 河添克明

- ① 歯とお口の健康のために大切なこととは…
- ② 毎日の正しいブラッシング
- ③ 歯科医院での定期的なクリーニング

歯とお口の健康のお話 第37回

〜フラーコントロールって？〜(8)

ブラークコントロールの基本は**毎日の歯みがき**ですが、歯をみがく道具と言えば『歯ブラシ』です。

今回は、歯ブラシの『交換時期』を考えてみましょう。前回は歯ブラシの使い方について、『歯ブラシの持ち方』のお話をしました。

◆ **歯ブラシの交換時期**

あなたが今お使いの歯ブラシは、どの**ぐらいの期間使っていますか？**

歯ブラシは、毛先の弾力を利用して歯垢（プラーク）を落とす道具ですが、**劣化してくると弾力がなくなり、清掃効率が悪くなります。**



また、使い続けていくうちに雑菌が繁殖しやすくなり、**不衛生**でもあります。

歯ブラシは、**1ヶ月に1回を目安に交換**しましょう！



また、歯ブラシの毛先が開いてしまった場合には、1ヶ月経ってなくても早めに交換しましょう！

ヴィータ歯科 スタッフ紹介

先日、ホームページの更新を機に、私たちのキャラクターを作りました。

せっかくなので、お披露目したいと思います！

発行者…ヴィータ歯科

名古屋市北区黒川本通4丁目38 2階

ご予約は…052・508・7879

稲垣涼子



松原久美子



山本愛



山下藍



院長 河添克明



梶村このみ



羽賀菜つみ



森川道代



似ていますか？

ぜひ名前と顔を覚えていただいて、皆さんとたくさんお話ができれば嬉しく思います。

ホームページにもスタッフ紹介コーナーを準備したので、良かったらご覧になってみてください！

ヴィータ歯科のブログ

～ 更新しています！～

ヴィータ歯科からのお知らせ

私たちのブログを更新しています！

院内の出来事やスタッフのつぶやきなどをときどき更新しています。

ぜひ、ご覧になってみてください♪

ブログの見方

☆ 当院のホームページから

検索サイトで「ヴィータ歯科」と検索し、
当院のホームページよりご覧ください。



☆ 専用QRコードを使う

右のブログサイト用
QRコードより
アクセスしてください。



ブログQRコード

2015年07月07日

七夕

みなさんこんばんは！
今日は七夕です！
夏間は生憎の雨模様でしたが、帰る時間くらいには晴れてましたね！
ここでは空気がよくないのでお星様は見えないですが、織姫と彦星が会えたことを祈ります(〇〇〇〇)
もうそんなことを考える歳じゃないですが、笑
高校生くらいの時とか、何か楽しいことないかな〜って考えてばかりでしたが、いつの頃から、何か楽しいことないかな〜って考えが変わってきていて、歳を感じますね。

何か楽しいこと、
最近、うちの歯医者では治療が終わられた方がたくさん見られます！
何ヶ月も通っていて、お話をたくさんして仲良くなった方が今日で終わりです〜ってお話すると、やっぱり終わった〜と見せる笑顔が私すごく嬉しいです！
折角仲良くなったのに〜と淋しい気持ちもたくさんありますが、やはり歯医者には楽しいところでもないですもんね、私もできるなら通いたくないし、笑
だけどこれだけは言いたい！！
折角長い時間をかけて治療が終わられたので、これからまた辛い通院をしなくて済むように予防のために数ヶ月に一度通っていただきたいです！！
私ならそれだけのためなら通えます！笑
なので、長くても半年で一度は検診に来てくださいね
たまには元気なお顔をみせてください、ねえ笑

みなさんが笑顔になれるように、その笑顔が続くように、私も笑顔で頑張ります！



最近は風景を撮るのが好きなので、みなさんにもお裾分け

歯科衛生士さんを募集しています！
お知り合いの方で歯科衛生士の資格を
お持ちの方がいらっしゃいましたら、
当院のホームページをご紹介ください。

8月・9月の診療予定



8月の診療予定



日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
休診				休診		
2	3	4	5	6	7	8
休診			午後休診	休診		
9	10	11	12	13	14	15
休診				休診	休診	休診
16	17	18	19	20	21	22
休診				休診		
23	24	25	26	27	28	29
休診				休診		
30	31	1	2	3	4	5
休診				休診		

ヴィータ歯科



9月の診療予定



日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
休診				休診		
6	7	8	9	10	11	12
休診				休診		
13	14	15	16	17	18	19
休診				休診		
20	21	22	23	24	25	26
休診	休診	休診	休診			
27	28	29	30	1	2	3
休診				休診		

ヴィータ歯科