



衛生士柴山の

## 歯っとする話

～唾液のお話③～

今回も前回に続いて、『唾液』についてお話していきますね。唾液には、食べ物の味を感じさせる働きや、いつまでも若々しい身体を保つ為に細胞を新しく作ったり、新陳代謝をよくしたりする働きがあります。また、生きる活力や、生命力を生み出す働きもあるんです。つまり、若々しく長生きしたいと思ったら『唾液』をたくさん出してあげることがいいのです。そのためには、食事中によく噛むことをお勧めします。食事中には普通の約10倍もの唾液がでてきているんです。なので噛めば噛むほど『唾液』がどんどんでてきて、若々しく長生きできるんですね。がんばって、よく噛んで食事してくださいね。

～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～

# 歯っぴ～通信

平成 22 年 6 月号 Vol.29

### み

## みなさんの健康を願って！！

みなさん、こんにちは、いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。6月になりましたね。今月も患者様とのコミュニケーションのための【歯っぴ～通信】をお届けします。先月も少し書きましたが、5月の天気も、暑かったり、涼しかったりでしたね。初夏のさわやかな季節なはずなのに、肌寒い日もありました。日中の気温が、日ごとに違って体調を崩された方もいらっしゃるのではないのでしょうか？お互い、体調管理には気をつけましょうね。さて、ニュースに目を向けると、宮崎県で発生している牛の口蹄疫のことが話題になっています。非常に感染力の強い病気のようなですね。丁度去年の今頃は、「新型インフルエンザ」の話題で持ちきりでした。これも感染力の強い病気ということで世の中が騒然としましたよね。こういったニュースを目にするたびに、歯科医として何ができるんだろうか？と自問してみます。やはり、口元からできる健康のお手伝いをする事だろうなあと感じています。この誌面でお届けする内容も、みなさんの健康づくりのことを意識し、そのお手伝いができたらいいなと思います。

院長 池上誠

## 今年もいってきました！湯布院！（その①）

今年もゴールデンウィークに家族旅行へ行ってきました。今年の行き先は、二泊三日で由布院・別府温泉です。そうなんです。今年も湯布院に行ってきたんですね。去年は、大雨に電車乗り遅れと、ハプニング続きの旅でした(はっぴー通信バックナンバーvol.17～)。今年はドキドキ無しで、あの追いかけたゆふいんの森号電車の前でゆっくり記念撮影もできましたよ。昨年と同じ旅館に宿泊し、前回お気に入りだったところへ再び訪問したり、回りきれなかったところへいたりしました。由布院や別府の町を色々散策して、美味しかったプリンどら焼き、金賞コロッケ、醤油アイス、ばくだん焼き、肉巻きおにぎり、と名産を食べ歩きました。もちろん、あのスカイブルーの温泉にも浸かりまくりました。今年めっちゃいい天気の良い旅になりましたよ(^v^)



## 患者様の声～治療後に寄せられた声をお届けしています～

・毎月のお便りがあるのがとてもいいですね。前回の治療のときも感じましたが、先生のお人柄がとてもよく伝わってきます。先生の口調もとてもやさしく、丁寧で好感がもてます。衛生士さんも歯の磨き方を丁寧に教えてくださり、磨き方の足りないところがわかってよかったです。今回の治療で、改めて歯の大切さを痛感しました。

(岡山市・佐久間賢志)

〒700-0827  
岡山市平和町6-27  
WAKAビル2F  
発行：池上 誠



● 歯科・口腔外科・小児歯科・  
● レーザー治療・予防歯科・  
● インプラント・ホワイトニング  
● 西川沿い・岡山駅から10分  
いけがみ歯科クリニック  
(086)237-7731