



～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 28 年 4 月号 Vol.99



## Good bye Perio プロジェクト

こんにちは!  
歯科衛生士の藤本です。

ケーキやチョコレートなどの甘いものを食べたり炭酸飲料を飲んだりすると、むし歯になりやすくなってしまいますよね。

それはむし歯菌が酸を出すことによって歯が溶け出す状態(酸性)になるからなんです…

それを助けしてくれるものが**唾液=つば**(アルカリ性)です。

唾液は、お口の中の悪い状態を元の状態(中性)に戻してくれるんです!

つまり、唾液は**歯が溶け出すのを防ぐ力**を持っているんですよ^^

唾液=つばは、汚いものというイメージがありますが実は、お口の健康のために重要な役割を果たす**救世主**なのです!



## ～あなたの声を聞かせてください(患者さまの声)～

このスペースでは、治療後に寄せられた患者さまの声を掲載しています。先生もスタッフの皆さんも優しく大好きです。説明も分かりやすく自分の歯の状況がよく理解できます。今までの歯医者さんの悪いイメージを全て変えてくれました。これからも末永く通いたいです。(20代・OL)



## 本 年度はいい年に なりそうですよ!!

こんにちは、いけがみ歯科クリニックの池上誠です。4月になり、新年度が始まりました。3月は、早くから暖かい日が多くて、穏やかな日が多かったですね。各地で例年より早い桜の開花の報道が聞かれ、春がやってきたことを実感しています。岡山では、どこをどう通っても桜の花を見ることができますよね。あちらこちらにソメイヨシノが植えられ、山に目をやると山桜が咲いているのがわかります。昔の人は、山桜の開花が、田んぼの耕作を始める合図だったそうなので、米どころ岡山としては、桜がたくさん見られるのは当たり前かもしれませんね。そんな桜のシーズンに、新年度もスタートします。子供や学生はそれぞれ進学、進級し、新しく仕事を始めたり、変えたり、職場が変わったりという人もいるでしょう。街を歩いていてもフレッシュさんは、この時期わかりますもんね。今までと同じように仕事を続ける人も、4月はなんだかさわやかな、新鮮な気持ちで仕事が始められるのではないのでしょうか。甲子園では創志学園が岡山県代表としては久しぶりの勝利を挙げ、来月からは倉敷で、教育相サミットが行われます。そんなうれしいニュースが、桜のニュースと重なって、勢いのある春を演出しているように感じます。本年度、いい一年になりそうですね。 院長 池上 誠

## 噛み合わせのお話③9～噛み合わせと好き嫌い～

今回は、食べ物の好き嫌いとお話しますね。大人でも子供でも、好きな食べ物ってありますよね。味の好き嫌いもありますが、その食べ物が好きという理由にもしかしたら、「食べやすさ」とか、「あまり噛まなくてもいい」というものがあるかもしれません。戦前には、日本では普通に玄米や麦飯を食べていたので、噛む力が今より大きかったと考えられます。しかし、ご飯が白米になり、パン食が進み、さらに、多種多様な麺類を食べるようになって、噛む力が徐々に減っていったと考えられます。子供たちのおやつもおせんべいのような硬いものから、チョコレートやキャンディーのような「噛まなくてもいい」ものへと変わっていったようにも思えます。麺類のように噛まずにすると食べることができる食べ物が好きな方は、もしかしたら噛む力が衰えて、噛み合わせに不具合が出ているかもしれません。よく噛まないで満腹中枢も刺激しませんからね。気になる方は、一度よく噛んで食事してみてくださいね。「あれ?ちょっと変かも?」と思われた方は、お気軽にお声かけください。

〒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・岡山駅から徒歩10分  
● いけがみ歯科クリニック  
● (086)237-7731

