

～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

令和元年 8月号 Vol.139



Good bye Perio プロジェクト

こんにちは！
歯科衛生士の藤本です。

しっかり磨いたつもりでも、
歯と歯が重なっているところ
や一番奥の歯などを磨き
残してしまう…という方は
いませんか？

そんな方におすすめしたい
のが**ワンタフトブラシ**です！

“簡単“かつ”的確“

に汚れを落とす
ことができる
歯ブラシなんです。



普通の歯ブラシと違って
毛先の形が三角なので、
歯と歯の間にフィットして
磨きやすくなっています。
また、歯ブラシの毛先が
コンパクトなので一番奥の
歯にも届きやすいんですよ。
矯正中で装置が付いている
人にもおすすめです。
ぜひ、使ってみてください♪



～ネット予約・予約確認メールはじめました～

いけがみ歯科クリニックでは、ホームページからのネット予約を始めました！
初診の方だけでなく、既存の患者さんでも利用していただける
ネット予約(トルシカ)です。**こちらのQRコードから**→
登録していただくと、ネットで予約が可能です。予約の前日に
確認メールも届くので、とても便利です。是非ご利用ください。



夏本番！！暑い夏になるのか！？

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。8月ですね。
5月や6月のころには、今年も猛暑がやってくるのか！？と思ってい
ましたが、予想に反して7月はなんだか夏らしくない1ヵ月でしたね。
岡山にいるとあまり実感できないですが、関東では、「梅雨寒」と言わ
れる状況が続き、肌寒く、日照時間が記録的に少ない7月だったよう
です。野菜の収穫量が激減して価格も高騰しているという報道を何度
も目にしました。岡山市内の桃農家さんには「数は例年通りだけど、
日照時間が足りずに小ぶり。味はいいよ。」と教えてもらいましたが
自然を相手にしている人は実感されているんだろうと思います。
田んぼの稲は、例年どおり大きくなっているように見えますが、微妙
に違うのかもかもしれませんね。さて、そんな気象状況ではありますが、
いよいよ東京オリンピックまで1年を切りました。競技場が新しくな
ったり、交通規制の実証実験がされたり、聖火リレーの火が採火され
たりと、オリンピックへ向けて着々と準備が進んでいる感じを受けま
すね。皆さんの中で、チケットが当選された方はいらっしゃいますか？
また、何か注目している競技がありますか？来年の気候は、来年にな
らないとわからないですが、“気温は暑すぎず、オリンピック熱は熱
く”そんな年になるといいですね。 院長 池上 誠



噛み合わせのお話⑦8～噛み合わせと夏休み～

今回は、噛み合わせと夏休みについてのお話をしますね。お子さんのいらっしゃる方は、夏休みになると「お昼ご飯どうしようかしら？」というのが、悩みの種になりますよね。どうしてもツルツルと食べられるそうめんや冷麺を食べる機会が増えてしまうのではないのでしょうか。つまり、噛まない食事、噛む回数が減る食事の回数が増えているかもしれないということです。もちろん、しっかり噛まないとおごに関わる筋肉が衰え、そこからいろんなバランスが崩れるきっかけになります。さらに、学校へ行っているときには、ある程度決まった時間イスに座り、机に向かいますが、夏休みになると、ソファーや床で姿勢悪く過ごす時間が増えてしまうかもしれません。余計にバランスを崩し、夏バテになっちゃうかもしれませんよね。運動したり、ストレッチしたりして、体幹や筋肉を意識する時間が持てると対策になると思います。元気に過ごすためにも、気をつけてあげてくださいね。

〒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