

～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2年4月号 Vol.147



## Good bye Perio プロジェクト

### 駐車場サービス券 廃止のお知らせ

お車で来院される方へ、  
ご案内しておりました  
「平和町駐車場」が3月  
末をもちまして、ご利用  
できなくなりました。

4月以降は、周辺のパー  
キングに駐車していただ  
き、次回の診療時また  
は当日の診療後に領収  
書をお持ちください。駐  
車場代を返金いたしま  
す。(診療時間内のみ負  
担させていただきます。)

お手数をおかけしますが  
よろしくお願いいたします。

周辺のパーキングにつ  
いて、詳しいことはスタッ  
プにお尋ねください♪

## コロナウイルス どうなるの!?

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。4月になりましたね。岡山では例年よりも5日早い桜の開花宣言がありました。お彼岸を過ぎると、ぐっと温かさが増した感じで自然界は春本番ですね。ただ、今年は新型コロナウイルスが猛威を振るって、私たちの生活に大きな影響を与えています。子育て中の方は、政府からの一斉休校の要請で、3月いっぱい自宅で過ごさないといけない状況だったので、お子さんも親御さんも、いろんなストレスが溜まっているのでは…と心配します。卒業式を始め、多くの学校行事が中止となり、残念がっている子どもたちの姿が報道されていますが、心が痛みます。4月に入ってもしばらくは、この状態が続くのは必至でしょうから、現状では、学校再開という話ですが、人が集まる行事は中止になったり、授業にも工夫したりという対応がなされるのでしょうか。また、オリンピックが延期になったという報道もされましたが、いろんな影響が出てきそうですね。アスリートにとっては、この夏にピークが来るように調整していたと思うのですが、一年延期になることで調整が狂ってしまうでしょう。日本の感染者は、今のところは持ちこたえています。今後どうなるか分からないというのが多くの人々の見解です。海外の首脳は第二次世界大戦以来の一大事！みたいな表現をしていますが、日本にとってもそうなるかもしれません。ともあれ、手洗い・うがい・マスクに、お互い気を付けましょう。 院長 池上 誠

## 噛み合わせのお話⑧⑥～噛み合わせとコロナウイルス②～

今回は噛み合わせとコロナウイルスについてお話しますね。先月は、唾液の力を中心に、「口が開いたままにならないように」というお話をしましたが、今月はよく噛んで、免疫力を上げましょうというお話をします。厚生労働省からも、免疫力を上げるために「よく食べて」「よく寝る」ということを奨励しています。歯科医の立場として「よく食べて」のところの話をさせてもらいます。「よく食べて」から、もう一步踏み込んで、「よく噛んで」を今一度お伝えしたいです。噛むことで、食べ物が砕かれるのはもちろんですが、そのほかに二点良いことがあります。一点目は先月お話したように、唾液がよく出るということです。もう一点は、噛むことで生じる口の運動が、顔や首周りの筋肉を刺激することで、ホルモンバランスが調整され、体調が整うということです。つまり、ひとり一人がよく噛んで食事をとることが感染の拡大を防ぐことの一助になるということです。お互い頑張りましょう。



## ～新型コロナウイルスへの感染対策における 常時マスク着用について～

これまで当院では、患者さんの恐怖心・不安が少しでも和らぐよう、笑顔でのコミュニケーションを心がけており、治療時以外はマスクを外して対応させて頂いておりました。しかしコロナウイルスが急激に広まっており、会話、咳、くしゃみなどの飛沫感染を最小限にするため、しばらくの間ドクター、スタッフは常時マスクを着用しての対応とさせていただきます。少々怖い印象になってしまうかもしれませんが、皆さんの健康のため、ご理解いただけますよう、よろしくお願いいたします。

〒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