

～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5年11月号 Vol.190



歯ブラシを選ぶ時 何を重視しますか？

ヘッドの大きさや形、
毛の硬さ、持ち手です
か？あるいは、価格？

まずは歯ブラシを選択
する前に、**自分自身のお口の中を知ることが**
とても大切です。

自分自身のお口の状況
に合った効率的に磨け
るベストな歯ブラシが
必ずあります。

「今、使っている歯ブ
ラシ私に合っているか
な？」と思われる方
は一度使用されている
歯ブラシを持参してみ
てください。

お口の中の状況や生活
スタイルをお伺いし、
**一人一人に合った歯ブ
ラシをご提案**させてい
ただきます◎♪

味覚の秋、スポーツの秋を楽しみましょう

こんにちは。今年もおかやまマラソン走ります。の池上誠です。
11月になりましたね。県南部でも稲刈りが終わり、切り株が並んで
いるだけの田んぼになると寒い季節になるなあと感じます。まだ日中
の気温が高いのですが、これから紅葉も始まり、美味しい秋の味覚が
店頭で並び始めると、より秋の深まりを感じることができるようになる
んでしょうね。皆さんはどんな秋の味覚が好きですか？栗やキノコ、
松茸やさんまなど美味しいものがたくさんあるので秋が楽しみという
方も多いのではないのでしょうか？そんな美味しいものいっぱい秋で
すが、スポーツの秋でもありますよね。朝晩の涼しい時間帯や土日に
ランニングをしている人をたくさん見かけます。涼しくなって運動し
やすくなったからという理由もあるのでしょうか、11月12日に開
催されるおかやまマラソンに向けてトレーニングをしているという方
も多いように感じます。逆に走っている人が増えてくると「おかやま
マラソンが近づいてきたんだなあ」とも感じます。またマラソンだ
けでなく、いろんなスポーツが盛り上がってきています。特に今年は
バスケットボールが熱いですね。昨年末の『THE FIRST SLAM DUNK』というバスケットの映画に始まり、パリオリンピック
を決めた世界大会などバスケットが全国的に高まっていると思います。
岡山にもトライフープというプロチームがあるので注目です。スポー
ツはするのも観戦するのも楽しいものです。味覚の秋、スポーツの秋、
しっかり秋を楽しめると良いですね。 院長 池上 誠

噛み合わせのお話(130) ～噛み合わせとバスケットのお話～

今回は噛み合わせとバスケットボールのお話。男子のバスケットボールの日本
代表チームがパリ五輪出場を決めた時の感動は、まだ記憶に新しいですよ。
実は、多くのプロバスケット選手がプレイする時にはマウスピースをしているので
す。試合をTV観戦されていた方はよくわかると思うのですが、バスケットボール
は見た目以上に接触プレイが起きます。したがって、自分の歯を守るため、また
歯で相手を傷つけないという意味でもマウスピースしている選手が多いのです。
また、しっかり調整されたマウスピースはパフォーマンスを上げるという面も持ち
さらには歯並びを一時的に改善し体幹や筋肉のバランスも整えてくれる場合も
あります。バスケットが高まってくると、おのずと試合の報道が増えると思
います。選手の素晴らしいプレイや試合の結果もちろん大事ですが、口元にも注
目すると面白いかもしれませんね。



ネット予約をぜひご利用ください！

当院ではホームページからネット予約が**“24時間可能”**です。

初診の方だけでなく、既存の方でも誰でもご利用可能です。

予約した**数日前に確認のメール**が届きます。

詳しくはスタッフまで。QRコードもご利用ください。➡



〒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