

～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～



## Good bye Perio プロジェクト ～歯周病から歯を守る～

6月4日～10日は  
「歯と口の健康週間」

お口の中が健康であるからこそ、食事を美味しく楽しみながら食べることができます。

お口の中の健康を保つには定期的に検診を受けることをおすすめします。

自覚症状の少ない歯周病やむし歯を早期に発見し普段の歯磨きで取りきれなかった歯こうや歯石を機械を使い除去します。

検診やクリーニングで、歯周病やむし歯になりにくい環境を整えながら、毎日の歯磨きで維持することが大切です。

「歯と口の健康週間」にできることからトライしてみませんか？

# 歯っぴ～通信

令和6年6月号 Vol.197



## 初夏のさわやかな季節のはずなのに！？

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。6月になりました。先月と同じようなことを書きますが、なんだかとても暑くないですか？先月「4月なのに夏日だなんて！」と書きましたが、今は「5月なのに真夏日だなんて！」と書かなきゃいけない状況になりました。どうやら気温の高さに応じて、夏日(25度)→真夏日(30度)→猛暑日(35度)→酷暑日(40度)といった区切りがあるようですが、人間の体温以上の気温の日が本当に増えちゃうかもしれない感じですよ。これから雨の日も多くなり、梅雨に入って豪雨や台風がやってきますが、偏西風の蛇行の関係で例年以上の雨量になると予想されています。その備えをどのくらいしておけばいいのか？備え以上の災害がやってきて「想定外でした。」となってしまうのか？などと心配になってしまっています。加えて暑さによる熱中症についても備えなければならぬ状況ですから、なんとも心配の種は尽きない感じではありますよね。とはいえ、心配ばかりしても仕方ないので備えをしながら前を向きたいと思っています。そんな中、2月にこの紙面で紹介させていただいたボクシングの世界チャンピオンになったユーリ阿久井選手が初の防衛戦に勝利しました。やったあ！おめでとう！地元岡山の選手ですし、歯科医としても関わりのある選手ですので、ここでも紹介させていただきました。ユーリ選手の勝利に勇気や元気をもらいながら今月もお互い頑張りましょう！

院長 池上 誠

## 噛み合わせのお話 137 ～噛み合わせと検診のお話～

今回は噛み合わせと歯の検診のお話。皆さんにとって耳馴染みのあるのは6月4日の「むし歯予防デー」だと思いますが、現在は6月4日～10日を「歯と口の健康週間」という言い方に変わっています。言い方が変わって10年ほど経っているのですが、とても良いと思います。「むし歯予防」という言い方では、むし歯のことにしか焦点が当たってないのですが、口の中の病気(例えば歯周病など)が随分メジャーになってきたので言い方が変わってきたのです。しかも「歯と口の健康」という言い方によって、歯や口も健康を支えているものの一つだという本質的なことを言っていることになります。この欄に何度も書いていますが、良い噛み合わせはいろんなバランスが取れるようになり、全身の健康に寄与していることはたくさんあります。また、噛み合わせを整えることで口を開けて笑えるようになり、そのことで精神的に随分楽になったという話はよく耳にします。むし歯を探すための歯の検診も大事ですが、大きな意味での健康のために噛み合わせもチェックしてみたいはいかかですか？



## 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

