



Good bye Perio プロジェクト

～歯周病から歯を守る～

デント イーエックス
DENT.EX 歯間ブラシ



4S SSS S
細 → 太
※サイズによって色が違います

歯と歯の間に、ある程度の間隙がある方には歯間ブラシを使うことをおすすめします。歯ぐきに炎症

が起きてなくても40代ぐらいからは歯ブラシと一緒に歯間ブラシも使うことでプラーク除去効果が高くなります。歯と歯の間に合った適切なサイズの歯間ブラシを選ぶことも重要になりますので、詳しくはスタッフまで。



～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7年10月号 Vol.213



季節が やっと 前に進みましたね！

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。10月になりましたね。残暑が厳しかったですが、ようやく朝晩が涼しくなりましたね。「暑さ寒さも彼岸まで」とよく言ったもので本当にお彼岸の頃に朝が涼しくなりましたもんね。しかも一気に涼しくなったので体調を壊したりリズムを狂わされたりといった人も多くいるのではないのでしょうか。とはいえ、ようやく暑さから解放された感じがあってホッとしています。ただどうやら過ごしやすい期間は短いようで、気象庁の3か月予報では10月は平年より少し高め、11月は平年並み、12月は平年より低めと言われていて、12月初旬には「寒い、寒い」と言っているんでしょうね。四季と言わずに寒季と暑季の二季でその間が数週間あるといった季節感になるという報道も耳にしましたが、良い季節が短いのはちょっと嫌です。暑くもなく寒くもない季節ができるだけ長く続いてほしいものです。そんな良い季節の10月ですが、皆さんどうお過ごしですか？読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋などいろんな秋を堪能していることと思います。いろんな秋がありますがやはり実りの秋であってほしいと思っています。今年になって取り組んできたことが形になって実るのがこの季節だと思うんですね。国の内外を問わず、なかなか安定した状態ではないですが、せめて自分の周りだけでもしっかりと実りを意識して、その実りを収穫できるような秋にしたいと思っています。皆さんはどんな秋になりそうですか？

院長 池上 誠



噛み合わせのお話 (153) ～噛み合わせと奥歯のお話～

今回は噛み合わせと奥歯という話題。なぜ、奥歯の話題にしたかというと10月8日が語呂合わせで「奥歯の日」なんですね。10月はOctober(オクトーバー)ですので「10＝オク」「8＝バ」となったそうです。そして、噛み合わせの要なのが奥歯であることは言うまでもありませんよね。左右奥歯がしっかりと噛み合っていることが前提となって、グッと力が入って、全身のバランスが安定して、スポーツや日々の生活における体の動きが良くなるのです。逆に、上手に噛み合っていないとバランスを崩して、腰痛や肩こり、頭痛まで引き起こしてしまうことになるんですね。また、奥歯を1本失うと噛む力が3割から4割も減ると言われ、胃腸への負担も増えてしまうのです。美味しいものが次々と店頭に並ぶこの時期に美味しいものを美味しいものとしていただくためには、奥歯の健康ももちろんですが、奥歯の噛み合わせも大事だと言わざるを得ません。10月の「奥歯の日」を機に、ご自身の奥歯のお手入れをいつもより丁寧に行ってみたり、定期検診を受けてみたりしてみたいはいかがですか？

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