

～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3月号 Vol. 206



Good bye Perio プロジェクト ～歯周病から歯を守る～

歯周病の小さなサインを 見逃さないで！

歯ぐきが赤く腫れていた
り、歯磨きすると出血す
ることはありませんか？

それは、歯周病の初期の
サインかもしれません。

歯が長く見える、口臭が
気になるといった変化に
も要注意です。

この小さなサインを見逃
さないことで、**歯周病を
早期発見**することができます。毎日、鏡で歯ぐきを
チェックする習慣をつ
けましょう。

少しでも気になることが
あれば、いつでもご相談
くださいね。



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。➡



最大にして 最長の寒波だなんて!?

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。3月になりましたね。先月、「暦の上では春です。」「このまま春に向かう？そしたら、猛暑がもっと早くやってくる！」みたいなことを書いてしまいました。が、予想は大ハズレ。2月は大きな寒波が2度もやってきて、どちらも「最大かつ最長の寒波！」などと報道され、県北では大雪、県南でも雪がチラつく日がたくさんありました。いやいや、早めに春がやってくるだなんて、とんでもないことでした。お恥ずかしい限りです。寒い日が続きましたが、お体の調子を崩した方などいらっしゃいませんか？今期の風邪はお腹にくるとよく耳にしますが、お互い気をつけましょうね。また気温が上がってくるとなぜかインフルエンザが流行ります。いわゆる「春インフル」というやつです。手洗い・うがいをしっかりして予防に努めましょうね。さてさて、そんな寒波の合間にファジアーノのJ1での初試合がありました。2対0で初陣を勝利で飾りましたよね。私もそうですが、初勝利に熱狂した方も多いのではないのでしょうか？初挑戦のJ1は決して楽な道のりではないと思いますが、皆で応援しましょうね。また、ワールドカップの予選は、ブロック内5勝1分と負けなしダントツ1位です。来年行われる本戦にはおそらく出場できると思いますので、そちらも目が離せません。そこにファジアーノの選手が招集されるようなことになれば、めちゃくちゃ盛り上がるのになと思っています。そんなことを思いながら年度末を過ごしています。お互い頑張りましょう。 院長 池上 誠

噛み合わせのお話 146 ～噛み合わせと記念写真のお話～

今回は噛み合わせと記念写真。年度末・年度始めは、何かと写真を撮る機会がたくさんあると思います。特に、異動や転勤などで新しい部署に行ったり、勤務地そのものが変わったりすると、社内報やHPなどに載せる写真を撮ることがありますよね。またそうでなくても、歓送迎会などで「記念に一枚」ということもあると思います。その時に、皆さんはどんな顔で写真に映れば良いかと意識したことがありますか？もちろん笑顔で、良い顔で、なるべく可愛いく、かっこよく映りたいものですよね。この笑顔というのがポイントで、よく言われるように「口角を上げる」のが大事なのですが、まず左右均等に上げるというのがコツのようです。また、上げすぎないというのも大事で、上げすぎると頬のたるみを助長してしまうようです。上の歯だけが見えるように、ほどよく上げると自然体の笑顔になるようです。とは言えすぐのすぐにそんな笑顔を作れるはずもないので、毎日の歯磨き前後に鏡に向かって練習してみたいかがでしょうか？良い笑顔、良い歯は、あなたの魅力を何倍にもしてくれますよ。



〒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