



Good bye Perio プロジェクト

～歯周病から歯を守る～

毎年、この季節になると大規

模な流行を繰り返すインフル

エンザ。実は**歯周病菌がイン**

フルエンザウイルスの酵素を

活性化させるということが大

学の研究でわかっています。

インフルエンザを予防するた

めには、お口の中の歯周病菌

を歯垢(プラーク)ごと歯磨き

で除去しなければならないん

です。うがいも大切ですが、

歯磨きはもっと大切なんです

よ。歯磨きだけでなく、歯科

で定期的なクリーニングも行

って、お口の中の環境を整え

冬を乗り切りましょう！



～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8年1月号 Vol.216



あけまして おめでとう ございます！

あけましておめでとうございます。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。今年もよろしくお祈りします。新しい年が始まりましたね。良い年末年始をお過ごしいただけたでしょうか？皆さんにとって2026年はどんな年になりそうですか？十干十二支でいうと丙午(ひのえうま)ということで、出生率が下がるとも言われていますが、ちょっと調べてみると火のエネルギーを象徴し、情熱と強い変化、飛躍のチャンスをもたらす年だそうです。なんとなく強い変化はありそうな感じを受けませんか？昨年から一気にAIが一般化してきましたから、考え方や働き方などが、がらりと変わったという方も多いと思います。そんなAIの波が家庭にも入ってくるともっと世の中の動きが変わるような気がするんですよね。さてさて、そんな感じの2026年ですがスポーツ界は盛り上がりそうです。冬季オリンピックの開催に始まり、WBC(ワールドベースボールクラシック)やサッカーワールドカップなど世界大会が目白押しです。日の丸を背負った日本人選手の活躍が気になる場所ですね。またファジアーノ岡山もJ1での2年目を迎えます。ブローダーセン選手の移籍や佐藤龍之介選手のFC東京復帰など気になる場所ですが、昨年同様にJ1で大暴れしてほしいなと思っています。私自身も歯科医師として、これまで通り、これまで以上に、皆さんの口腔ケアを中心に頑張りたいと思います。

院長 池上 誠



噛み合わせのお話(156) ～噛み合わせと馬の歯のお話～

今年の干支の馬のお話。力強く大地を駆け抜ける馬は、古来より「活力」の象徴でした。実は馬のあの驚異的なパワーの源は、立派な「奥歯」にあることをご存知でしょうか。馬は一日の大半を硬い草をすりつぶして食べることに費やしているんです。しっかり噛むことで全身の筋肉にスイッチが入り、あの巨体を動かす爆発的なエネルギーを生み出しているんですね。このことは、人間も同じなんです。私たちも奥歯でしっかり噛みしめることで、体の軸が安定し、歩行や運動の際の「踏ん張る力」が生まれるんです。馬にとっては歯の摩耗が寿命を左右すると言われていますが、人間にとっても「噛み合わせ」は健康寿命の鍵を握るんです。正月休みが明けて何日か経っていると思いますが、「最近、しっかり噛めていない気がするわ」「顎が疲れやすくなったなあ」と感じたら、それはお口からのサインかもしれません。午年の一年を馬のように元気に駆け抜けるため、「噛み合わせ」を気にしてみたいか

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