

～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4月号 Vol.219



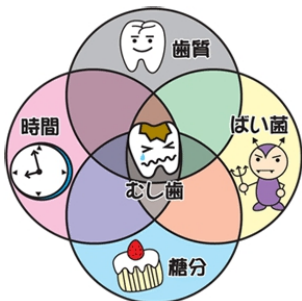
## Good bye Perio プロジェクト

～歯周病から歯を守る～

Q.甘いものを食べると必ず  
むし歯になってしまいます  
か？

A. むし歯の発生は、むし歯菌が  
食べものに含まれる糖質を使って  
酸を作り、時間の経過と共に、酸  
が歯のエナメル質を溶かしてしま  
うことで起きます。

つまり、**歯+糖分+ばい菌+時間**  
=**むし歯**になるということです。



甘いものを食べると、必ずむし歯  
になるというわけではなく、歯の  
エナメル質が溶ける前に**しっかり**  
**歯磨きをして細菌を減らす**ことで  
むし歯になるのを防ぐことができ  
るんです！

## 春爛漫！新しい年度が始まりました！

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。4月になりました。4月というだけで何かワクワクしますよね。何かいいことが起き  
そうな雰囲気が街中に溢れている感じがします。また、そこかしこに  
フレッシュマンと思われる若い人を見かける季節です。就職の地を岡  
山に決めた人、異動で岡山にお越しになった方、ようこそ岡山へ！と  
いう感じですね。昨年の今頃はファジアーノ岡山がJ1昇格のニュー  
スに沸いていましたよね。1年経ちましたが、ホーム戦がある日はフ  
ァジヤ対戦相手のユニフォームを着た人をよく見かけました。経済効  
果は54億円とも報道されています。サッカーの試合観戦だけでなく  
宿泊・観光・お土産をセットにしてJリーグを楽しむというスタイル  
の人も少なくないようですね。今期もJ1に残っていますから「おもて  
なし」の気持ちをもって対戦相手のサポーターの皆さんを迎えられ  
るといいですね。そんなことに思いを思いをはせている時に「3カ月  
気象予報」が発表されました。どうやら暑くなり豪雨に注意とのこと  
です。暑さ対策と豪雨対策の時期がまたやってくるんだなあと思っ  
ています。西日本豪雨が2018年ですから、あれから8年ということ  
になります。岡山は温暖で晴れの日が多い地域ではありますが、災害  
がゼロではないことを思い知らされた災害でもあります。極度に怖が  
る必要はないと思いますが、対策を全くしないわけにはいかないと思  
います。暑さ対策・豪雨対策も頭に入れながら新年度をスタートさせ  
たいものですね。

院長 池上 誠

## 噛み合わせのお話(159) ～噛み合わせと新年度のお話～

4月になると新しい出会いがありますよね。初対面で、第一印象を左右する  
のは清潔感のある「いい笑顔」だと思いませんか。実は、魅力的な笑顔と「噛  
み合わせ」には深い関係があるんです。噛み合わせが整っていると、口角を  
左右均等に引き上げやすくなり、表情筋が自然に動くようになるんですね。  
逆に噛み合わせのズレが大きいと、顔の筋肉のつき方に左右差が出て、笑  
顔がどこかぎこちなくなってしまうこともあるんです。また、しっかりと奥歯で  
噛めることは表情に自信と活力も与えてくれます。「噛める」という土台があ  
るからこそ、心からの明るい笑顔が生まれると言われています。新しい出会  
いがたくさんあるこの時期に、ご自身の噛み合わせをチェックしてみませ  
んか。整った歯並びと正しい噛み合わせは、あなたにとって最高の名刺代わり  
になると思っています。

## 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  
西川治い・岡山駅から徒歩10分  
いけがみ歯科クリニック  
(086)237-7731