

～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

平成 21 年 10 月号 Vol.21



歯科衛生士

柴山が答える キシリトールQ&A

Q 1. キシリトールってなあに？

A. キシリトールは白樺や樺の木などの原料からつくられる天然素材の甘味料です。お砂糖と同じくらいの甘さがあります。カロリーはお砂糖よりちょっとすくなめです。(キシリトールのカロリー2.8Kcal/g)

Q 2. キシリトールにはどんな効果がある？

A. キシリトールはお砂糖と同じくらいの甘さがあるのに、むし歯の原因となる酸をつくりません。さらにむし歯菌を減らして歯を丈夫にする効果があるので、むし歯を防ぐために多くの国で積極的に活用されています。



暑 さ寒さも彼岸まで

こんにちは。いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。今月も患者様とのコミュニケーションのための【歯っぴ～通信】をお届けしますねもう10月ですね。「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉の通り、お彼岸が終わり、ずいぶん涼しくなりましたね。日中はまだまだ汗ばむ日がありますが、過ごしやすい季節になってきました。10月になり、稲刈りをしている田んぼも増えましたね。いよいよ実りの秋本番という感じがします。皆さんの中にも「秋の味覚を味わいましたよ。」という方も多いのではないのでしょうか？岡山は、フルーツ大国と言われるように果物のおいしい地域なので、マスカットや巨峰などのぶどうを口にした人もいらっしゃるでしょうね。一年の中で、この秋の時期には、自然の実りだけでなく、人も大きく成長し、実りを得るとも言われています。皆さんは、何か実りを得ることができたでしょうか。私自身も、秋の夜長に自分を見つめてどこが成長しているか確かめようと思います。 院長 池上誠

金鱗湖へ！

～湯布院旅行記⑥～

さあ、湯布院旅行記も今回で6回目です。今回紹介するのは金鱗湖です。由布院の温泉街の中心部にある湖です。昔、竜が住んでいたといわれているような湖です。移動している間は、雨だったので少し面倒なところもありましたが、霧がかかった山々も、なかなか風情があってよかったですよ。実は、この湖なんです、底の方から温泉がわいているんです！なので、早朝の景色はなんとも幻想的だそう



です。湖面から湯気が立ちのぼるんですね。なんと温泉のわき出るところには、魚が集まってくるそうですよ。我々が行った雨でさえ、とても水がきれいで、景色も楽しめたので、お天気のいい日には、絶景なんですよ。温泉街の宿から、お散歩がてらでかけて、ぐるっと一周まわれる距離ですので、湯布院へ行かれた際には是非散歩してください。

診察時間変更のお知らせ

先月もお伝えしましたが、10月から診療時間変わりました。みなさんから、土曜日の診察時間の要望が多かったので、土曜の午後の診療を30分早く始められるように変えたんですね。今までは午後2次半からの診察だったものを2時からの診療へ変えています。ご予約の際に、土曜日を希望される方は、参考にしてくださいね。

当院では、なるべくみなさんからのご要望にお応えしたいと思っています。何かありましたら、お伝えください。

発行：池上誠

いけがみ歯科クリニック

〒700-0827

岡山市平和町6-27

WAKAビル2F

TEL(086)237-7731

西川沿い・岡山駅から10分