

～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 30 年 1 月号 Vol.120



## Good bye Perio プロジェクト

こんにちわ!

歯科衛生士の藤本です。

毎日、朝昼晩と何回も歯磨きをしているのに、むし歯や歯周病になってしまふ…という方はいませんか?歯磨きをする回数が多くても汚れが落ちてなければ意味がありません。**大切なのは、回数ではなく質**なんです!つまり、1日のうち1回だけでも時間をかけて丁寧に**汚れを100%落とすこと**で、むし歯も歯周病も予防できるんです。その日1日の汚れはその日のうちに落とすのがベストなので、**就寝前にしっかり歯磨き**する時間を作りましょう♪



## 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。平成30年になりました。昭和から平成へ元号が変わってから、30年もたったんだなあ、時の流れを感じています。みなさんは、どんなお正月を迎えられましたか?平成もあと1年と少しで終わっちゃいます。私自身が昭和生まれだからなのか、元号が変わることに、大事な何かがあるように感じます。平成生まれの人は、どのように感じているのか、また教えて下さい。そんな平成30年ですが、日本全体でみると、翌年には元号がかわり、その翌年には東京でオリンピックがある年で、そのための準備の年のように感じています。オリンピックに向けて、大手企業は技術革新にかなり力を入れているようですね。無人自動車をはじめとして、各会場での顔認証による手続き、海外では当たり前の携帯電話での決済など、我々の日常ががらっと変わるような変化がそこまで来ている気がします。日本全体がそんな準備をしているなかで、私個人として何ができるのかなあと考えてみたりしています。歯科医として、父親として、ランナーとして、コツコツと目の前にあることに丁寧に取り組んでいくしかないなあと思っています。AIに職を奪われる時代が来ると言われていますが、私も私にしかできないことは何か、コンピューターではなく人間としてできることは何か、そんな問いを持ちながら、過ごしていこうと思っているのです。今年もよろしくお祈りします。院長 池上 誠



## 噛み合わせのお話60～噛み合わせと鏡餅～

今回は、噛み合わせと鏡餅のお話です。このお便りをみなさんが読んでいるころには、もうお餅を食べる時期は過ぎているかもしれませんが、鏡餅のお話をしますね。そもそもなぜ鏡餅があるかご存知ですか?インターネットで調べてみると、「歯固めの祝い」というものがあって、「元日に歯の根を固めて一年中健康であることを祈念して固い食物を食べる」という風習があったようです。源氏物語には『歯固めの祝ひして、餅鏡をさへ取り寄せて』との一節があるようなので、古くは平安時代から、歯が丈夫になるようにとお祝いの意味を込めてお餅を食べていたんですね。なんとなく「今年も頑張りなさいよ」とお年玉をあげるのに似ていますよね。今の時代、お餅をしっかりと噛んで食べられるのは、歯が丈夫な証拠ですよ。今年、お餅を食べながら丈夫な歯に感謝して、もちろん噛み合わせも意識していただければありがたいです。

## ～あなたの声を聞かせてください(患者さまの声)～

このスペースでは、治療後に寄せられた患者さまの声を掲載しています。下の歯のかぶせがとれて、先生のところで治療しました。新しい被せもスッキリとした感じでよかったです。又、違和感(最初の頃)も説明が納得いくものでした。又、検診でよろしくお祈りします。(岡山市:大越國恵さん)



〒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