

# 歯っぴータイムズ 2024年2月号



いりさ歯科医院 Tel: 096-223-7360

住所: 熊本市北区八景水谷1-24-24 診療時間 9:00~13:00 14:30~18:00

## 今月のクイズの景品コーナー

今月のプレゼントは  
むし歯にならないお菓子



## 白衣を脱いだ私の独り言

国を運営していくには法律があつて、守らないと警察のお世話になる。お世話にならないように真面目に仕事して納税もしているのですが、政治家をみてるとなんだか情けなくなってくる。高齢政治家が多いから日本の将来など考えずに、企業献金と集票のためのバラまきに全集中。若い世代の意見が通りやすくなるように60歳定年制にしてほしい。あと税金の使い先を自分で決められるようにもね(私なら子供たちの教育に)。まあ無理でしょうけど。今回の〇〇党派閥の政治資金規正法違反事件もグダグダに終わりそう。警察さん、権力に屈しないように頑張ってください。

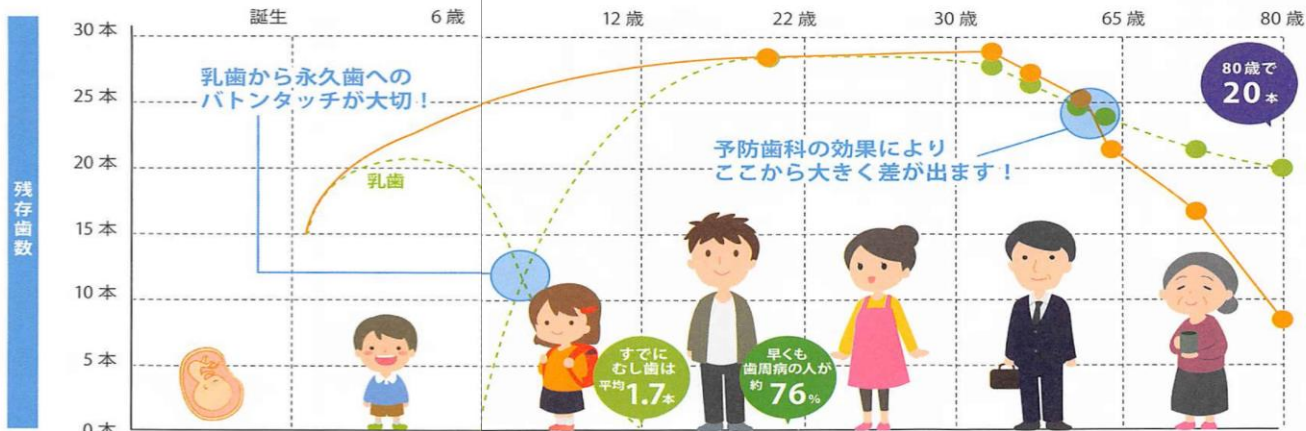
でもさすが警察、力があると思つた件がありました。当院は交通量の多い道沿いにあるため、車による物損が度々あります。昨年の夏にも：防犯カメラで確認すると白の〇リウスが物損、運転手は降りて確認したのちに逃げて行った。ナンバーわかるけど警察対応しないよねとあきらめていたら、警察官が「事故があつたので防犯カメラ見せてください」と来院された。ダメもとで物損の件を相談したら：数日後に運転手を連れてきた。警察すごいです!!

## 患者さんが知らない歯の話

## 歯は大切ですよ~

### 年代で見る、チェックポイント!

● 平成17年度1人平均残存歯数(厚生省・歯科疾患実態調査より)  
 ○ 8020運動目標歯数予想カーブ



ライフステージ	胎児期	乳幼児期	児童期・学童期	思春期・青年期	成人期	壮年期	老年期
歯科的特徴	● 歯の形成期	● 乳歯のむし歯の多発期	● 歯の交換期 ● 永久歯のむし歯の多発期 ● 歯肉炎の発症	● 歯肉炎の増加期	● 歯肉炎の発症期	● 歯の喪失開始期 ● 歯周病の進行 ● 歯根にむし歯多発	● 歯の喪失急増期
歯科的対策	● お母さんの役目 ● 強い歯をつくる ● 口腔内を清潔に	● おやつとり方にも上手な配慮を ● 歯磨きの習慣づけ ● 乳歯の歯磨き	● 複雑な歯並びに ● 合わせた歯磨き	● デンタルフロスを併用	● 歯と歯肉の境目を重点的に歯磨き	● 歯間ブラシを併用した歯磨き	● 義歯(入れ歯)と現在歯のお手入れ
特に注意する傾向		● むし歯の発症	● 歯肉炎の発症	● 歯肉炎の発症 ● ホルモンバランスの変化による歯周疾患	● 歯根にむし歯の発病	● 歯周病の重症化	● 義歯(入れ歯)装着

## 我が家の定番

2月になりましたがまだまだ寒い日が続いていますね。昨年インフルエンザも流行りました。こんな時は温かい物で体を暖め、しっかり栄養をつけたいですね。

寒くなると我が家の夕食の定番になるのが鍋料理です。水炊きやキムチ鍋など色々な鍋料理がありますが、最近我が家では豚肉の鍋がブームです！

豚しゃぶも良いですが、我が家ではスライスしてあるしゃぶしゃぶ用よりも少し厚めの豚肉で作ります。

豚肉は免疫の働きを活性化させるビタミンB1・B2が豊富に含まれるので風邪予防のために積極的に食べるようにしています。ニンニクと一緒に食べると疲労回復効果も高まります。野菜もたくさん食べて栄養満点です(^\_^)

美味しく食べて元気に冬を乗り切りましょう！

歯科衛生士 B

FAX番号はこちら

→

当選者おめでとう

☆  
☆  
☆

まる

すたあと  
スタート

さんかく

ぼつ

しかく

ごうる  
ゴール

ご家族やご友人と一緒に挑戦してみてくださいね！  
FAXをお持ちの方はこのページをそのまま送信してください。  
正解者には抽選で3名様に、院長の学会・勉強会土産をプレゼントしています。  
※景品の詳細は表ページ左上の欄に掲載しております。

お名前

ご住所

2

FEBRUARY 2024

編集後記

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

緑：半日診療 赤：休診日

今月号の編集を担当いたしました受付のUです。新年を迎えて早くも一ヶ月が経ちました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

私は、去年の十二月に悲しい出来事が続きました。(泣)

仕事が終わって帰りに車で後ろから追突された事、どこから情報も漏れたかわかりませんがクレジックカードが不正使用されていることがわかりました。不運を断ち切るため年が明けてからすぐにお参りさせて頂きました。今年はよりたくさんのご利益をいただけたらと思います。三社参りをし、交通安全のお守りを購入しました。今年は何事もなく過ごせたらいいなと思います。まだまだ寒い日が続きます。皆様体調に気をつけてお過ごしください。