

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

これを書いていいるのは8月中旬、酷暑といふのにふさわしい気温が続いています、仕事が終わって帰宅したら室温は38度超え、体温以上…。地球を人間、人間をウィルスと考えると…こんだけ他の生物に迷惑をかけながら増殖しているのだから、そりゃ〜地球も発熱して人間を排除したくなるよな〜娘&息子よ、こんな時代に誕生させて申し訳ない。と思ってしまう。日ごろの運動も、熱中症予防のために早朝か夜しかできない。そのうち「鬼滅の刃」の鬼のような生活になるのでは…と心配してしまいます。

そんな酷暑の休日、自然の涼を求めて矢谷溪谷ヘディキャンプに行ってきました。平日で混んでいなかったの、リバーチェアリング。ノンアル飲みながら読書したりロックバラシングしたりして楽しめました。ランチは家にあった食パンでホットサンド作ってコーヒー飲みながらまったり入場料400円で最高に涼しい休日でした。問題は矢谷溪谷まで車でいったこと…往復70km、約6リットルのガソリンを使用。地球にやさしくない。次回はキャンプ道具を厳選&軽量化して自転車で行きます。

患者さんが知らない歯の話

歯周病は万病のもと!!

【歯周病ケアで、健康を守りましょう】

歯周病は、初期段階では痛みがほとんどなく静かに進行する病気ですが、近年「全身疾患の引き金」になることが科学的に証明されています。

歯周病の慢性的な炎症によって生じる物質（炎症性サイトカイン）が血液を巡ると、全身で炎症反応を引き起こします。特に糖尿病においては「相互に悪影響を及ぼし合う関係」にあり、歯周病のケアを行うことが血糖コントロールの改善にもつながります。また、血管の動脈硬化を進めて心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めたり、高齢期においては誤嚥性肺炎の直接的なリスクになります。

【お口のケアは全身の予防医学です】

日々の丁寧なセルフケア（歯みがきやフロス）と、歯科医院での定期的なプロフェッショナルケアを継続することで、お口だけでなく将来の全身の健康を守ることができます。気になることやご不安な点があれば、どうぞお気軽にご相談ください。

歯の大切さを患者様全員に伝えたいのですが、現在の保険治療では時間に制約があるので、インスタに動画あげています。動画編集される人がママのため、質問が「子供の治療」に関すること多いです。ぜひ見てくださいね!!

Follow me /



歯に関する知識や
お得な情報発信中♪

よく噛んで

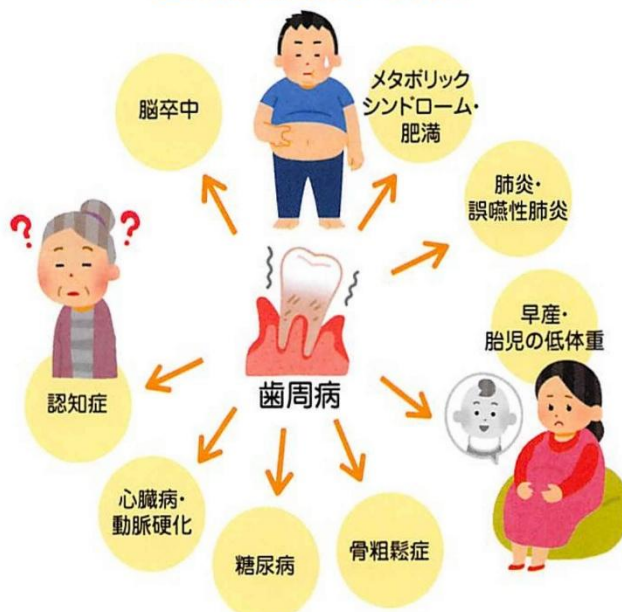
食べることで肥満予防

しっかりよく噛んで食べることで早食いを防ぎ、満腹感が得られやすくなります。目標は一口30回です。食べ過ぎを抑制し肥満を予防します。

喫煙と歯周病

喫煙習慣があると、歯周病が発症・進行するリスクは2〜9倍になり、禁煙することで歯周病の予防・抑制効果があるとされています。

歯周病と関連する病気



歯周病の細菌が血流によって全身に運ばれることにより、全身の病気に影響を与えます。



ご家族やご友人と一緒に挑戦してみてくださいね！
正解者には抽選で3名様に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

当選者おめでとう
☆☆☆

おすすめ商品

歯周病専門医おすすめ歯磨き粉

【PGstop】



ウコン由来成分のクルクミンを湿潤剤として配合。
フッ化ナトリウムの働きでむし歯予防！



HaBon PG STOPは、歯周病、むし歯、口臭の予防が1本で可能な薬用歯磨きジェルで、PG菌に特化した対策と低刺激設計が特徴です。



9

SEPTEMBER 2026

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	30				

緑：半日診療 赤：休診日

編集後記

すまたの作。もし私へいなのにの で 歯
(笑)たいテ製。かのは木と父帰で最きお科今
おでーで一かおア材のはりお近ま盆衛月
手良ブル軒から手シをこ早ま盆、し休生号
伝かるる家にな出でにホーはみ人かはの担
いた作うな来しト行ー。は暮？さんでいた
たでっでっ上た係きムルーとをゆく
いすて次はかがり1のしン作がど始め
と！くれ私らまし間少。！たき家た
思いるの広み家