



はのしんぶん

100歳になっても
自分の歯でおいしく食べよう

一般歯科 / 予防歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科
口腔外科 / 訪問診療 / 各種歯科検診

発行元：濱谷歯科医院 東京都町田市鶴川5-11-8 ☎042-736-5343

HPアドレス <http://www.hamayashika.com/> 診療時間 午前9:00～13:00 午後14:30～18:00 発行人：前田

新年明けましておめでとうございます。院長の濱谷です。

平成31年、今年は元号が変わることで大きな節目を迎える年となりそうです。さて、今年の干支『イノシシ』は「猪突猛進」に例えられる動物であることは良く知られていますが、その歯にはどんな特徴があるのでしょうか。

イノシシは、人間より12本多い44本の歯を持っています。特に犬歯は大変鋭く、上下ともはさみのような形をしており、硬い木や草の葉や根、ネズミなどの小動物を切り裂き、噛み砕く力を備えています。また、それらを消化吸収するイノシシの胃腸は大変丈夫です。食べ物が消化されていくまでの流れも、まさに「猪突猛進」といったところでしょうか。

一方、人間の胃腸はというと、イノシシほど丈夫ではありません。きちんと栄養バランスを考えた調理をし、よく噛んで食べることで、胃腸の消化吸収力を高めましょう。

「よく噛める歯」を長く保つためには、日頃からの口腔メンテナンスをしっかりとしていきます。

今年も濱谷歯科医院は、「みなさまのお口の健康」を応援しています。



1月のカレンダー

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------------|--------|--------|--------|--------|----|----|
| | 1 冬 | 2 季 | 3 休 | 4 診 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 成人の日 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

2月のカレンダー

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

1月の休診日は日曜、祝日です。

2月の休診日は日曜、祝日です。

1月4日(金)まで冬季休診です。

2月16日(土)は入れ歯のメンテナンスフェア(予約制)です。

診察予約は、☎042-736-5343までお電話下さい。(13時～14時15分は留守番電話)

訪問診療をご希望の方はお電話でお問い合わせ下さい。

休診日に痛みなど出た方は、健康福祉会館(休日歯科)042-725-2225までご連絡下さい。

いま知っておきたい フッ素を使った むし歯予防のお話

??「フッ素」ってなあに??

自然界に通常存在する元素です。海藻やお茶などの食品に比較的多く含まれています。歯の表面のエナメル質に取り込まれ、歯質を丈夫にし、細菌の出す酸に負けない強い歯を作ります。

フッ素を使った予防方法

【ご家庭で…】

- フッ素含有の洗口液でぶくぶくうがい。(うがいが上手にできる年齢になってから)
- フッ素配合のジェルを使う。(研磨剤・発泡剤を配合しないもの) ※歯ブラシをして歯の表面をキレイにしてから使用してください。 ※使用后、30分くらいは飲食・うがいはしないでください。

【歯科医院で…】

- 歯科専用のフッ素を歯に直接塗布する



濱谷歯科医院では、医療用洗口液の院内処方をはじめました。毎日ケアをしていてもむし歯が何度もできてしまう方や、歯が溶けることによる痛みがとまらない方(知覚過敏)を対象に処方しますのでご相談ください。本品は、高濃度のフッ素になりますので、歯科医師・歯科衛生士の指導のもとに用法容量を守ってご利用ください。

ご家庭でも上手にフッ素を取り入れて、強く丈夫な歯を保ちましょう!

バトラーF洗口液 0.1%

1,080円(税込)



予約日・予約時間を
事前にメールでお知らせ致します!
Return_1892317@dentareserve.com



- ① QRコードを読み込み、空メールを送信
- ② すぐに登録フォームが届きます。診察券番号とお名前を入力して下さい。