



歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院

〒554-0002 大阪市此花区伍法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp

こんにちは、歯科医師の森島です。

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします！

皆さん、お正月はいかがお過ごしでしたか？私は久しぶりに岡山の実家のみんなと集まって、のんびりと過ごすことができました（^_^ 普段離れて暮らしていると、こうした時間はとても大切だと、年々感じます♪

さて、去年は院長のおかげで院内院外問わず、いろいろな講習会に参加させていただき、成長できた一年だったと思います。そしてセレックという新しい機械も導入され、どんどんハセシカが進化していると感じました。セレックのおかげで、歯に良く合う白い歯が、より早く作れるようになりました！！

今年もハセシカがより一層成長できるように、そしてより良い医療を患者様に提供できるように、スタッフ一丸となって頑張っていきます！！

2015年が皆さんにとって、良き一年になります事をお祈りしております。

歯科医師 森島 康

あなたも
“歯科通”になれる...!?
歯医者が出題する

“歯とお口”のクイズ

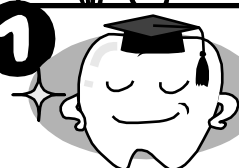
“親知らず”とは、前歯から数えて8番目の一番奥に生えてくる歯のことです。

この親知らずは10代後半から20代後半にかけて生えることが多いため、日本では“この歯が生える頃には親はもうおらず知ることができない”というところから、親知らずと呼ばれているといった説があります。そこで今回はこんな問題を出題！

Q

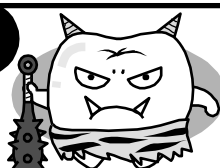
お隣の国“韓国”では、この親知らずを何と呼んでいるでしょう？

1



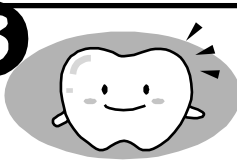
知恵の歯

2



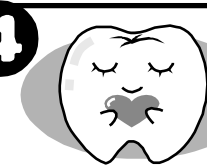
鬼の歯

3



末っ子の歯

4



愛の歯



歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>

Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



こんにちは！アシスタントの岡田です(*~*)

長い冬もいよいよ終わりに近づいてきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて2月と言えば どうして2月だけ短いのでしょうか？

その昔ローマ時代に暦は作られました。ローマは一年の始まりが3月からだったので、3月から「大の月」「小の月」と順序よく並んでいたのですが、その後のローマ皇帝が、自分の誕生日である8月が「小の月」であることが気に入らないと言い、一年の終わりである2月から1日とり8月にもってきたそうです。その事により7月、8月、9月と「大の月」が続くので、9月以降の大小を入れかえ現在の形になったそうです。

それにしてもワガママな皇帝をがいたものです(>_<)ですが その後変えようとする人も現れなかったようです。

でも2月と聞いただけで「寒いッ!!」と思ってしまうので、1日でも短い方が、春が早くやってくる感じがしますね♪

春近しとはいえ、寒さはまだまだ厳しい今日この頃。どうぞ、お体にお気をつけてお過ごしください(#^.^#)

アシスタント 岡田 美帆

あなたも
“歯科通”になれる...!?
歯医者が出题する

“歯とお口”のクイズ

普段あまり意識することはありませんが、口を閉じている時でも、上の歯と下の歯は触れ合うことなくしっかり離れていますか？ 実は、歯同士が触れたり噛み合ったりすることは、顎にとっても負担のかかることなのです。そこで今回はこんな問題を出題！



Q

“上下の歯が当たっている時間(物を噛んでいる時間も含む)”は、1日でどれくらいでしょう？

① 約2時間

② 約1時間

③ 約30分

④ 約20分





歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4
 TEL06-6461-8211
 FAX06-6461-8311
 ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>
 Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



こんにちは！歯科衛生士の疋田 雅美です。
 春まだ浅い今日このごろでございますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

3月3日はひな祭りですね♪ひな祭りは女の子の健やかな成長と幸せを祝う日で、別名で「桃の節句」「上巳の節句」と呼ばれています。

私の姪も今年初めてのひな祭りを迎えます♪昨年産まれてきた時は小さい体だった姪が、1歳になった今、元気に成長している姿がとても喜ばしくて嬉しく思っています(^_^)

今までは少し頼りなかった姉も、母になった事でとてもたくましくなりました。改めて母になることの素晴らしさを実感すると同時に、私もいつか姉のようにたくましい母になれるよう、頑張らないと！と感じております。

まだまだ歯科衛生士としても、女性としても未熟な私ですが、これからもしっかりとたくさんの方の事を勉強し、成長していきたいと思っております！よろしくお願い致します。

歯科衛生士 疋田 雅美

あなたも
 “**歯科通**”になれる...!?
 歯医者が**出題**する

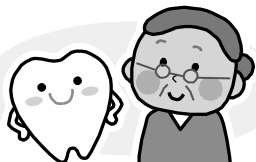
“**歯とお口**”のクイズ

日本人の平均寿命は男女ともに80歳前後で、女性の方が男性よりも約7歳長いそうです。ところで、皆さんは“**歯の寿命**”がどれくらいあるのかご存知ですか？実は、50~70年くらいとされています。そこで今回はこんな問題を出題！



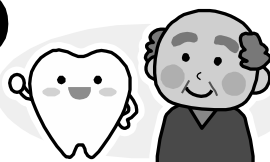
Q “**歯の寿命**”は男性と女性ではどちらが長いでしょうか？

1



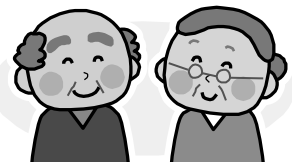
女性の方が長い

2



男性の方が長い

3



特に男女差はない



歯ッピィ〜はせしか通信

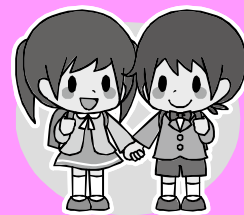
発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>

Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



Bonjour こんにちは。

フランスと日本を行き来して長谷川歯科医院で勤務している歯科衛生士の奥田玲子です。

もう4月ですね♪またこの4月から私はフランスへ行きますが、一年前も4月はフランスで過ごし、お花見はフランスでしました。フランスにも桜の木があり、ソー公園は八重桜で有名ですし、PARISのParc du Chanmps-de-Mars という公園では、エッフェル塔を眺めながら花見が楽しめます。

このお花見、実は娯楽として始まったのは奈良時代と言われていますが、花見の起源はとても大切な意味を持つものでした。古代日本人は、桜の開花によって田植えの時期を知り、咲き方・散り方によって米の出来具合を占っていたそうです。桜の木は、日本の民族に尊敬されていた山の神『さ神』が下りてくる木とされており、『さ神の下りてくる座(くら)』として、『さくら(桜)』と名付けられたと言われていますが、この田植えの時期に豊作を祈願して、桜の木を通じて『さ神』にお供えしたのが酒や肴(さかな)でした。このお供えのお下がりを皆でいただくというのが花見の起源だそうです。

日本以外でもお花見のできる今日、新たな年の豊作を祈願し、今年も私はフランスでお花見です。豊作、それは自分の一年間の結果。祈願は、感謝の決意。『さ神様』と自然(環境)に感謝をし、一年の頑張りを決意して来ましょ〜っと! みなさんも日本伝統のお花見、楽しんできてくださいね(^ω^

歯科衛生士 奥田 玲子

あなたも“^{つう}歯科通”になれる...!? “歯とお口”のクイズ

歯医者が出题する

みなさんは1回の食事にどれくらい時間をかけていますか?

昭和10年頃は約22分だったそうですが、現代では“約11分”と言われています。柔らかい食べ物が好まれるせいか、よく噛みゆっくり食事をする人が少ない傾向にあるようです。

そこで今回はこんな問題を出題!



みなものよりと源頼朝がいた“かまくら じ だい鎌倉時代”の食事の時間は、1回あたりどれくらいだったでしょう?

① 約2時間

② 約1時間

③ 約30分

④ 約10分





歯ッピィ～はせしか通信

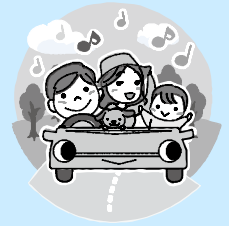
発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>

Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



こんにちは。昨年(2014)の10月から長谷川歯科で勤務している歯科医師の西本です。

私は、出身は大阪ですが北海道の大学に行っていました。まさかそんなに遠くの大学に行くとは思っていませんでした(笑)

北海道の4月はまだ寒く、私の入学式の時は吹雪でした。雪もまだ積もっていて非常に寒く、あれだけ寒い春は初めてでした。大阪では、4月といえば桜が咲き日差しも暖かいので、それに慣れていた私はかなり驚きました。5月になると梅や桜が一斉に咲きはじめる白い風景に色がつきます。花が一斉に咲くので季節感が少し狂いますが非常に綺麗だったのをよく覚えています。大学の同級生も私と同じように本州出身の方が多く、花が咲く季節について話しました。

北海道では一人暮らしを7年間しましたが、始めは1人で出来るか不安でした。しかし住んでみると、意外に住みやすく快適に過ごせました。家の近くに同級生が何人か住んでいたため、試験が終わる度に鍋をしたり遊んだり非常に楽しい学生生活でした。良い思い出となっています。卒業して大阪に帰ってきてからも年に1回は北海道に行きます。すでに第二の故郷となっているので、行く度に懐かしくなります。また今年も行こうかと思えます。皆様もぜひ北海道に行ってみてはいかがでしょうか♪

季節柄、旅行やお出かけの機会が多くなると思います。ご旅行中やお出かけ中に歯が痛くなったら楽しむどころではなくなってしまいますので、普段から定期検診で歯のトラブルを未然に防いでいきましょう！

歯科医師 西本 典子

あなたも“^{つう}歯科通”になれる...!?

歯医者が出題する

“歯とお口”のクイズ



春になると学校では「^{しかけんしん}歯科検診」が行われます。子どものむし歯は年々減ってきてはいますが、それでも約6割の子がかかっています。小学生になると^{えいきゅうし}永久歯に生え変わってきますから、お子さんをお持ちの方は仕上げみがきでしっかりフォローしてあげてくださいね。

そこで今回はこんな問題を出題!

Q

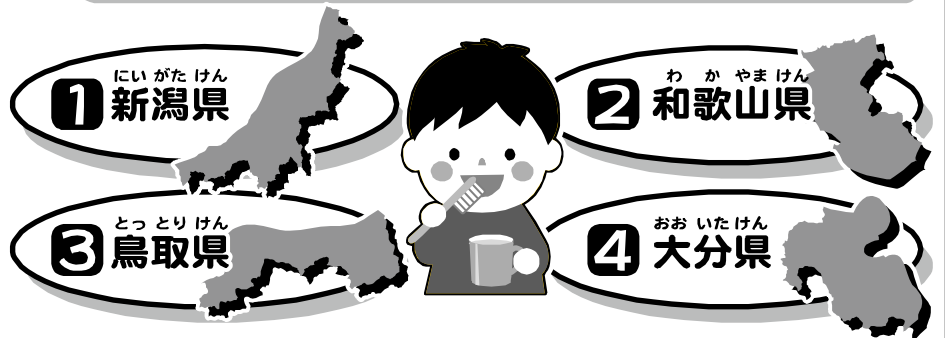
子どものむし歯が日本一少ない都道府県はどこでしょうか?

1 ^{にいがたけん}新潟県

2 ^{わかやまけん}和歌山県

3 ^{とっとりけん}鳥取県

4 ^{おおいたけん}大分県





歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL06-6461-8211

FAX06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>

Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



こんにちは！受付の材木と申します。

過ごしやすい春が過ぎ、梅雨の時期になりましたね。皆様いかがお過ごしでしょうか？6月と言うと私は昔から、じめじめとした梅雨で、祝日も無く、つまらない月だと思っていました。しかし、よく考えてみれば一年のちょうど半分、折り返し地点なのです。

昔の人は、半年間を振り返り、夏に備えて丈夫なからだをつくろうと意識していたようです。また、夏を無事に越せるように祈る行事も多かったようです。

そのうちのひとつ、6月30日は『夏越しの節句』といい、6月の晦日であるこの日は、1年の前半の最終日にあたり、半年の間に積もった穢れを流す大切な日と考えられていました。まだ梅雨のさなかで高温多湿になり、体に疲れが溜まっている時期。この日は家族揃って、夏越しまんじゅうやお払い団子を食べたスタミナをつけたということです。昔からの行事や習慣は、季節を心地よく過ごすヒントを今の私たちに教えてくれるようですね。

みなさまもじめじめとした季節“梅雨”に負けずに頑張りましょうね♪ご体調をくずされませんよう、お気をつけください。また、6月4日は虫歯予防デーで、6月4～10日は、歯と口の健康週間です。ハセシカスタッフ一同、お口の中の健康を守るため全力でサポートしていきます！！虫歯にならない為に、一緒に虫歯予防対策に力を入れていきましょう♪

受付 材木 理恵

あなたも“^{つう}歯科通”になれる…!?

歯医者が出題する

“歯とお口”のクイズ



歯には1本1本わかりやすいように名前が付いています。「1番、2番…」と番号で区別することもあれば、「^{だい}大白歯、^{しょう}小白歯」といった呼び方や、「^{おやし}親知らず」や「^{いと}糸切り歯」のように“^{あいし}愛称”で呼ばれることもあります。

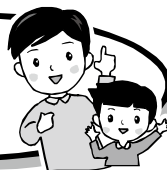
そこで今回はこんな問題を出題！

Q

“上の前歯2本”はどんな“愛称”で呼ばれるでしょうか？

1

おやこば
親子歯



2

だいこくば
大黒歯と
えびすば
恵比寿歯



3

きょうだいば
兄弟歯



4

ふうじんば
風神歯と
らいじんば
雷神歯





歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4
 TEL 06-6461-8211
 FAX 06-6461-8311
 ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>
 Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



長かった梅雨もようやく明け、猛暑の季節となりますが、皆様お元気でお過ごしでしょうか。

先月(6月4日)は、歯科においては虫歯予防デーであり、検診の一番多い時期でした。私も、此花中学校の校医をさせて頂いておりますので、先日 当院の歯科医師2名、アシスタント2名と共に、全校生徒約600人の歯科検診を行ってきました。

その生徒たちの、素直で礼儀正しい態度に大変に驚き、感動いたしました。(私も35年前に此花中学校を卒業しましたが、その頃は、やんちゃ盛りの生徒が多かったのです。)同行したスタッフもみんな褒めておりました。此花中学校の校医であること、OBであること、同じ校区に歯科医院があることに対し、大変幸せに感じ、誇りに思いました。

そして、今後、検診だけで終わらず、生徒たちに何かできることはないか、検診に参加したスタッフを中心に考えております。医療人として大人として、子供たちにしてあげたいこと。「幸せになってほしい!!」「大人になって困らない人生を歩んでほしい!!」という、おそらく世界共通の大人(親)が思う子供たちへの気持ちです。

今後の活動においては漠然とですが、歯・口を清潔に大事に保つことの大切さや、歯を大事にする経験を通して生活習慣の大切さに気づいてもらい、児童たちに自律的健康づくりの重要性を学んでもらいたいと思っております。

院長 長谷川 昌徳

あなたも“**歯科通**”になれる…!?

歯医者が
出題する

“**歯とお口**”のクイズ

「自分の歯が全部ぬけて総入れ歯になってしまったら…」と考えたことありますか? 年齢が高くなるにつれ、入れ歯を利用する方も多くなります。現在、日本の75歳以上の約3割が総入れ歯を使っていると言われております。そこで今回はこんな問題を出題!

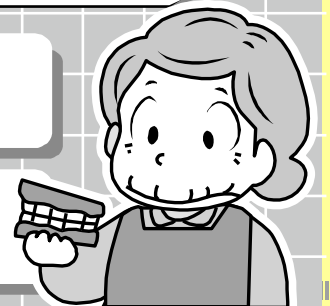
天然の歯で噛む力を
“100%”とした場合、
総入れ歯で噛む力は
何%になるでしょう
か?

① 20%

② 40%

③ 60%

④ 80%





歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>

Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



初めまして、こんにちは！今年の3月より長谷川歯科で勤務させて頂いております、歯科助手の西谷と申します。

梅雨も明け、いよいよ夏本番となってまいりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。夏と言えば様々なイベントが行われ、外出や外泊する機会も多くなると思います。お出かけ先で歯や身体の具合が悪くなるとは、せっかくの楽しみも台無しですよ(；´∩´)歯やお口の中を清潔に保ち、虫歯や歯周病の予防することはもちろん、体調管理等もしっかりと行って元気に楽しくお過ごしくださいませ♪

さて、私事ではございますが先月の6月で試用期間の3ヶ月が終了し、無事に正式な長谷川歯科の社員の「一人」となりました！！入社当初は、右も左も分からないゼロからのスタートで、毎日がとても慌ただしかった事を今でもよく覚えています。少しでもはやく仕事をこなせるよう、毎日たくさんの事を聞いて覚え、目で見て覚え、次の段階へ進む事を目標とし、日々努力してきました。今回の試用期間終了を機に、より一層努力し、精進していきたいと思います。来院される皆様の為、共に働いているスタッフの為、私にできる事を一つでも多く見つけ、実践し、より良い環境に繋げていきたいです。未熟者ではありますが、未永くあたたかい目で見守って頂ければと思います。

それでは、毎日暑い日が続きますが、熱中症や夏バテに気を付けて、楽しく夏を満喫しましょう！アイスやスイカなどの甘くて冷たいもののおいしい季節ですが、食べ過ぎには注意して、食べたあとはしっかり歯磨きしてくださいね♪

歯科助手 西谷 早紀

あなたも“^{つう}歯科通”になれる…!?

歯医者が
出題する

“歯とお口”のクイズ



「歯」という漢字の
成り立ちは
次のうちどれで
しょうか？

歯にまつわることわざは意外に多いものです。例えば、「歯が立たない」「歯の浮くようなセリフ」「歯切れが悪い」「歯に^{きぬ}衣着せぬ」など、皆さんも普段日常で使いますよね？ところで、“漢字の成り立ち”は何かの形や様子が原型になっていることが多いものです。そこで今回はこんな問題を出題！

①



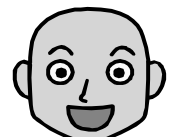
米を食べる様子
を表している

②



口の中に並ぶ
歯を表している

③



人間の顔と口の
形を表している



歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院 〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4
 TEL 06-6461-8211
 FAX 06-6461-8311
 ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>
 Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



みなさん、こんにちは！チーフの竹内知子です。9月に入り、朝夕が涼しく感じる日も増え、秋の訪れを感じますね♪

さて、9月といえば防災の日、敬老の日、秋分の日、今年はシルバーウィークがありますね（^◇^）他にも満月がもっともキレイな十五夜、新学期の始まり、“〇〇の秋”など、9月は楽しいこと、美味しいこと、キレイな秋桜が咲いたり、日本ならではの風物詩が目白押しです！

長谷川歯科医院では、“スポーツの秋”にちなんで、昨年から年間行事となりました、スポーツ大会を行います。昨年はフットサルと卓球をしましたが、今年はボリング大会です。今年もたくさんのスタッフに加わり、にぎやかで楽しいスポーツ大会になる事間違いなしです！

みなさんも運動会や体育祭などの準備や体力作りの真っ只中なのではないでしょうか？スタミナや元気の源は、とにかく美味しいものを食べること！笑 秋も近づき、美味しい旬な食べ物も増えます。それに、日照時間も減り、体内のセロトニン（別名：幸せホルモン）の分泌も減ります。セロトニンが減ると、精神が不安定になってしまうので、分泌を促す為に、よく睡眠をとったり、糖質や乳製品、肉類を食べなければなりません。“食欲の秋”と言われるのには、こういった由来もあるようです。

美味しいものを食べる為には、健康な歯が絶対不可欠です！！早くムシバを治して、まめに検診を受けて、夏バテ解消&冬に向けての体力作りを一緒に行いましょう～\(^o^)/スタッフもしっかりサポートさせて戴きます♪まだ残暑も厳しく、暑い日もございます。どうぞお身体ご自愛下さいませ。

チーフ 竹内知子

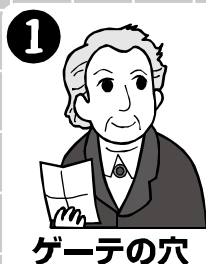
あなたも“歯科通”になれる…!?

歯医者が
出題する

“歯とお口のクイズ”

毎月25日は「歯ぐきの日」とされています。歯ぐきは歯を支える骨を守るとても大切な役割があります。ところで、前歯を支える歯ぐきの骨には、“切歯窩”と呼ばれる1センチほどの穴が空いているのですが、皆さんはご存知でしたか？そこで今回はこんな問題を出題！

この切歯窩は通称、“何の穴”と呼ばれているのでしょうか？





歯ッピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院

〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL06-6461-8211

FAX06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp

こんにちは。トリートメントコーディネーターの船越真由美です。

行楽に、読書に、スポーツに、素晴らしい季節でございますがいかがお過ごしでしょうか。

長谷川歯科医院でも先日、院内ボウリング大会を行いました。全スタッフ参加で、チームになってボウリングを楽しみました。まずは、院長による始球式でボウリング大会が開幕されました。ここから一気に大会は盛り上がりました。ストライクやスペアーを取れば一緒に喜び、あと少しでピンが倒れそうだったときには一緒に悔しがりスタッフ全員で熱くなりました。日頃あまり運動をすることがないスタッフもあり、3ゲームを投げた翌日にはかなり腕や足腰に疲労が出てきていましたが、みんな笑顔あふれるボウリング大会になりました。

ボウリング大会後は、場所を移動し食事をしながら表彰式を行いました。最下位のチームによる“ものまね大会”は日頃見られない一面もみられ、大変盛り上がりました。

この大会で溜めた笑顔やパワーをバネにして、皆様に満足いただけるよう、スタッフ一同頑張っまいります。

秋冷、日増しに加わっまいります、ご自愛ください。

婦長 船越真由美

あなたも
“歯科通”に
なれる...!?

歯医者が出題する“歯とお口”のクイズ



「**歯周病**」は歯を支えている骨が溶けてしまう病気で、歯を失う原因の第1位でもあります。

この病気は自覚症状がほとんどなく、気づいた時には歯を抜かなくてはならないほど進行していた、といったケースも少なくありません。

歯周病の初期症状は、**歯ぐきの腫れ、赤み、出血**といったものですので、症状のある方はお早めにご相談ください。そこで今回はこんな問題を出題!

Q

“30歳以上”のおよそ何パーセントが歯周病になっているのでしょうか?

1 10%

2 30%

3 50%

4 80%





歯ッピィ～はせしか通信

発行/長谷川歯科医院

〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp

こんにちは！歯科衛生士の井戸美和です。

朝夕冷え込む季節になりましたが、お元気にお過ごしでしょうか。

さて皆様、受付のホワイトニングポスターにお気づきでしょうか？今まで当院のホワイトニングは、自宅で行うホームホワイトニングを主におこなってきましたが、この度大変効果が高く歯にやさしいオフィスホワイトニング（医院でおこなうホワイトニング）を導入いたしました。この2つを並行して行うことで、一番効果的に白くすることができます。

実は私を含め、当院のスタッフも数名只今体験中です。“ホワイトニング体験中”のバッチを付けておりますのでぜひお気軽にお声かけください。20代の方に比べ40代の私は少し期間がかかりますが着実に白くなってきました！白くなるのはあらかじめしていた50歳前のスタッフも信じられないくらい白くなっております。歯が白いとさらに笑顔に自信がもてるので表情がいきいきしてきます。歯の黄ばみ、年齢に関係なく効果がでますので、ご興味のある方、まずは無料カウンセリングをお受けください。

ハセシカは皆様の歯の健康を守るため、定期的にメンテナンスを行っております。日々皆様に満足して頂けるようスタッフ一同努めていきますのでよろしくお願い致します！向寒のみぎり、お風邪にはお気をつけてお過ごしくださいませ。

歯科衛生士主任 井戸美和

あなたも
“歯科通”に
なれる...!?

歯医者が出題する“歯とお口”のクイズ



「最もむし歯の少ない国」はどこかご存知ですか？それは北欧の**スウェーデン**です。こういったむし歯の少ない国の歯科医は、治療よりも“**予防**”に力を入れているそうです。ちなみに、日本は「**むし歯が多い国ランキング**」で**23位**と先進国の中ではかなり多い方になってしまうそうです。

そこで今回はこんな問題を
出題！



Q

人口に対し“**歯科医の数**”が最も多い国はどこでしょう？

1 スウェーデン

2 キューバ

3 アメリカ

4 日本



歯ツピィ〜はせしか通信

発行/長谷川歯科医院

〒554-0002 大阪市此花区伝法2-4-4

TEL 06-6461-8211

FAX 06-6461-8311

ホームページ <http://www.hasegawa-dc.net/>

Eメール haseshika@ninus.ocn.ne.jp



こんにちは！長谷川歯科医院の事務 兼 トリートメントコーディネーター、谷本でございます。どんどん寒くなり、いよいよ冬本番ですね。クリスマスや大晦日など大きなイベントもあり、忙しい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

年末が近づくとつれ、忘年会や集まりごとでお酒を飲む機会が増えていきますよね。私はお酒が大好きですので、楽しみが多い時期でもあります♪さて今回、お酒をよく飲む方にうれしいニュースを入手しました！スペインのある研究チームにより、適量のビールは女性の骨密度を高めるのに役立つ、という発表があったそうです。ビールには“植物エストロゲン”が含まれており、これが女性ホルモンであるエストロゲンの親戚のようなもので、似たような働きをするため、骨密度を高くする要因のひとつになっているのでは？とのことですよ。

ただし、あくまでも健康に害のない範囲での摂取が前提です！飲みすぎ注意ですよ(ω)/また、ビールを飲んだ後に歯磨きせずに寝てしまうと、酸により歯が溶けてしまいますので、酔っぱらって面倒に感じる時も、必ず歯磨きをしてくださいね♪

年始に向け、忙しくなる季節です。歯のトラブルがないように、今のうちに気になることがあればお気軽にご相談ください。それでは皆様、よいお年を♪

事務 兼 トリートメントコーディネーター 谷本 亜利紗

あなたも
“歯科通”に
なれる…!?

歯医者が出題する“歯とお口”のクイズ



子供の歯が抜けた時、「下の歯は屋根の上へ、上の歯は縁の下へ投げ入れる」という風習が日本にはありますよね。これには「健康な永久歯が生えるように…」という親の願いが込められているそうです。

実はある国では、こういった想いは家庭内だけでなく、大きな建築物にまでなっているそうです。

そこで今回はこんな問題を出題！

Q

次の中で実際に存在している建築物はどれでしょう？

1



歯のお寺

2



歯の教会

3



歯のお城