

よしなか歯ッピ—通信

発行/よしなか歯科クリニック 住所/〒564-0036 吹田市寿町 2-5-7

ホームページ/<http://www.yoshinaka-dc.com/> 電話/7894-6480



院長ご挨拶

あけまして
おめでとうございます



ダイエットに成功しました。
キープできるように頑張ります!

院長の吉仲です!

いよいよ平成が終わり、新しい年号がスタートしますね。一体、どんな年号になるのが楽しみではあります。ただ、平成生まれの人達の年齢計算が、ややこしくなりますね。今年のGWは世の中は10連休と言っていますが、医療機関はとてつらいです(≧▽≦) そもそも、私は旅行もそれほど好きではないので、どうすればよいかつらいところです。クリニックの方は、どうするのが決まり次第、院内掲示やHPでお知らせしますね。

よしなか歯科クリニックは9周年を迎えます。10周年にむけてこれまで以上に、皆様のお口の健康のために、スタッフ一同頑張っていきますので、よろしくお願いいたします。

歯の神社があった!



新年がスタートしましたが、初詣はもう行かれましたか? まだ...と言う方にオススメしたいのが、大阪市にある「綱敷天神社 末社 歯神社」です。その名の通り「歯神大神」という神様が祀られています。ご利益は「歯痛鎮静・健歯護持・歯成就」などで、全国の歯にまつわる職業の人にも馴染み深い場所です。皆さんも、今年一年の歯の健康を願いしてみてくださいはいかがでしょうか。



日本で一番おさい銭を多く入れる人が多い都道府県は?

日本一おさい銭を多く入れる人が多い都道府県ランキング



第1位	福井県 (238.9円)
第2位	奈良県 (208.7円)
第3位	石川県 (200.9円)
第4位	佐賀県 (190.4円)
第5位	大分県 (187.6円)



初詣に欠かせないものといえば、「おさい銭」ですよ。今回は「各都道府県のおさい銭の金額ランキング」をご紹介します。福井県が1位なのは、仏教を信仰している人が多いこと、預貯金額が高いことが関係しているようです。全国の平均額は149.3円、年代ごとの比較ではトップが60代女性の241.7円となっています。



むし歯を治すためになぜ 何度も歯医者に通うの？

「治療で歯科医院に通うことになる、何度も通院することになってスケジュールの管理が大変…」という方も多いのではないのでしょうか。「むし歯を削って詰めるだけなら少ない回数で終わるはずでは？」と考えてしまいがちですが、実はそうもいかない事情があるのです。

むし歯の進行具合によっては 即詰めるのは難しい

かなり進行してしまった重度のむし歯の場合、まずは神経を取らなくてはなりません。症状にもよりますが、一般的に神経の治療は数回に分ける必要があるため、それだけで複数回通う必要が発生します。また、神経を取ったあとにも土台をつくる工程などがあるため、さらに通うことになるのです。ちなみに通院の回数を減らしたいということであれば、むし歯初期の段階で見出し、治療を開始するのがベストです。



むし歯の場所によっても 時間がかかる

右側の歯と左側の歯の両方がむし歯になっている場合、一度に治療をすると食事ができなくなる可能性が高まります。また、他の歯に負担がかかるなど別のトラブルが起こることもあるため、1本ずつ治療する



必要があり
ます。

もし、この日までに治してほしい!といったご要望があるときには、事前にお話し下さい。ご相談に乗らせていただきます。

同時に治すのは 患者様の負担も大きい

複数のむし歯を同時に治療すると、数時間もイスに横になり、大きな口を開け続けなくてはなりません。これは患者様にとって大きな負担となるため、時間がかかる治療は数回に分けることになります。



歯にいいレシピ

材料 (2人分)

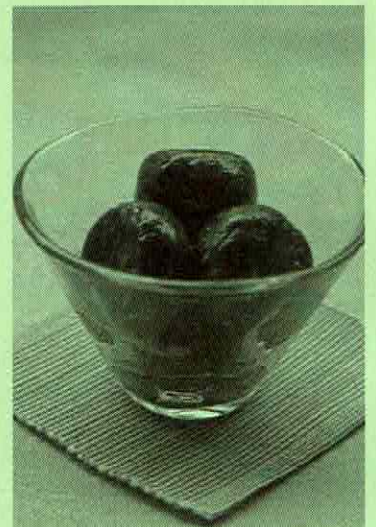
- ・白玉粉 80g
- ・黒ごま 20g
- ・黒ごまペースト 大さじ2
- ・砂糖 小さじ2
- ・水 80cc



黒ごまもち

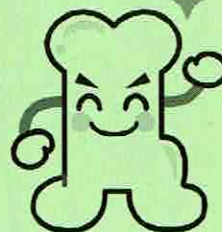
作り方

- ①: ボウルにすべての材料を入れて混ぜ、よくこねる。
- ②: ①を10等分にして丸める。
- ③: 鍋に湯を沸かし、②をゆでて水気を切り、器に盛りつけて出来上がりです。



ワンポイント!

ごま100g中に含まれるカルシウムは1,200mgです。これは牛乳の約12倍になるそうです。ごまを効率良く吸収するには、すりばちですってから使うのがオススメです。



栄養価 (1人分)

- ① エネルギー 309kcal
- ② カルシウム 386g