

# 医院カレンダー & 無料歯科セミナーのお知らせ

12月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1 A	2	3
4	5	6	7 B	8	9	10
11	12	13 C	14	15 D	16	17
18	19	20 E	21 F	22	23	24
25	26	27 E	28 A	29	30	31

2017年1月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 B	11 C	12 D	13	14
15	16	17 E	18 F	19	20 介護予防	21
22	23	24 C	25	26 A	27	28
29	30	31				

2月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8 B	9 C	10	11
12	13	14 D	15 E	16	17 介護予防	18
19	20	21 F	22 E	23 A	24	25
26	27	28 B				

3月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 C	2	3	4
5	6	7	8 D	9 E	10	11
12	13	14 F	15 A	16	17 介護予防	18
19	20	21 A	22 B	23 C	24	25
26	27	28 D	29 E	30	31	

休診日
口腔外科
矯正
デンタルイベント

## 無料歯科セミナーのお誘い (毎回 12 時 15 分より)

常々、「もっと患者さんに歯科のことをわかってほしい！ゆっくり、わかりやすく話したい！！」と思いながら診療をしてきました。地域の方でしたら老若男女問いません。一つのテーマに絞って現在の歯科医療の考え方をお伝えしたいと思っています。参加費用無料、参加資格は歯科について疑問がある方、毎回 3 名までの少人数制にさせていただきますので事前の申し込みをお願いします。A～Fの内容は毎回 12 時 15 分～ 35 分で診察などはいたしません。介護予防に関しては直接窓口までお問い合わせください。なお、参加者数によって突然の変更があることご了承ください。

**A: 老いない喉の作り方**  
 口が渇く、声が聞き取りづらい、むせることが多くなった、痰が絡む、体重が増えない。高齢者を取り巻くいろいろな問題は喉に原因があります。元気に年を取るためにも喉を鍛える体操をご紹介します。

**B: 歯から作る全身の病気**  
 歯周病は30歳以上の80%がかかっているといわれ、最近の研究では、歯周病は口の中の問題だけではなく、全身の病気（動脈硬化、心筋梗塞など）にも深くかかわっていることがわかってきています。全身を静かに蝕む歯周病とはどのようなものか、歯周病の予防と対策を伝えます。

**C: 乳歯が生えたら知って欲しい3つのこと**  
 歯ブラシを嫌がる子供に悩む親御さんが増えてきたような気がします。子どもの歯が生えたその時に親として何ができるのでしょうか？元気に大きくなってもらうために何ができるのか3つの点からお話しします。

**D: なるほど歯科矯正 呼吸と口の関係**  
 スマートフォン、テレビやゲームをしている子供を見るとほとんどが口呼吸をしています。ぜんそく、長引く鼻炎、いびきそれらに伴う肥満や高血圧、アレルギーなどなど。実はこれらの原因が口呼吸や歯並びにあるかもしれないことを知っていますか？矯正は歯を並べるだけではありません。実は全身のバランスを整える治療なのです。

**E: 歯が痛くなるその前に**  
 「歯が痛い」・「はぐきが腫れた」・「歯並びが悪い」・「口が開きづらい」こんな時は歯科医院に行きますね。どうせ歯の治療を受けるのなら痛みは少なく、上手に、効率よく受診したいと誰もが思うでしょう。それでは歯科医師が「かしい歯医者のかかり方」をお教えしましょう。

**F: 歯磨き粉の選び方**  
 広告の目玉で 100 円の歯磨き粉が出ていますが、あなたはその裏を知っていますか？ドラッグストアのアルバイトさんに聞いても「あなた」にあった歯磨き粉は教えてくれません。どうやって選べばよいのか一度見直してみませんか。

### 介護予防セミナー

- 【講師】 摂食嚥下機能認定衛生士 菅谷琴美
- 1月20日 9時半～ 「口腔ケアの重要性・必要性～お口の中を清潔に保つ～」
  - 2月17日 14時半～ 「口腔機能の重要性 ～噛む・飲む・話す・笑うことが十分出来ていますか？～」
  - 3月17日 9時半～ 「低栄養と脱水 ～体を動かす力が足りていますか？～」
- ※介護の不安をお持ちのご家族や介護スタッフさんを対象に、口腔ケアの疑問点などの質問をお受け致します。



## 一生のかかりつけ医を目指して



赤ちゃんからお年寄りまで、ライフステージの中では様々な出来事があります。そのライフステージごとで気を付けるポイントは変化していきます。

歯科医院は患者さんの一生を見ることが出来る一番身近な医療機関。定期的にいらっしやることで色々な体の変化に気づくことが歯科医師、衛生士にはできます。

### contents

- お口ができるまで ..... P.2
- デンタルイベントのお知らせ ..... P.3
- アンケートのお願い ..... P.3
- 無料歯科セミナーのお知らせ ..... P.4

## INFORMATION OF GOJO DENTAL CLINIC カバッコ新聞

2016年冬号 2016年11月発行 通巻23号



横浜市金沢区釜利谷東6-21-1-101

TEL:045-791-0118

ホームページ:  
<http://www.gojodental.com/>



## お口ができるまで ～おなかの中から6歳まで～

みなさんが食事をとったり、人としゃべったり、呼吸を意識せしめたりするのに必要なもの。それが「口」です。何げなく使っているこの口ですが、なくなると大変困ってしまいます。にもかかわらず、いい加減に使う人が後を絶ちません。ここは一度原点に立ち返って、どんなに口を作るのが大変なのかを振り返ってみましょう。これから赤ちゃんを迎える方やお子さんを育てている方はもちろんのこと、おじいさん・おばあさんも、もう一度振り返ってみましょう。

### 妊娠5週目

#### 口のもとになる組織ができ始める

心臓とほぼ一緒の時期にでき上がります。アルコール、タバコに注意!



### 妊娠17週目

#### 歯ができ始める

つわりがひどかったのも落ち着きホッとひと段落。お母さんも口の中をきれいにしないと、歯周病になりやすくなったり、虫歯菌をお子さんにうつしやすくなったりします。安定期に入り次第、専門家のケアを受けましょう。

### 出産



初乳は赤ちゃんにとって非常に大切な栄養素がたくさん含まれています。ただ、お母さんの体調によっては粉ミルクを利用せざるを得ない場合もあります。哺乳瓶などを使うと吸う力が衰えて、口が発達しなくなるなどと言われていた時代もありましたが、現在ではその考えも否定されています。

### 6か月

#### 離乳食開始

乳児癩癧(夜泣き)もひどいかもしれません。口や腸の常在菌を育てることも考えましょう。

#### 前歯が生え始める

1本目の歯が生えてきたら衛生士さんに相談しましょう。何でもお口に入れて確かめるので誤飲事故に注意です。

#### 奥歯が生えてくる

このころまでには歯ブラシの習慣を定着したいところです。お母さん、お父さんの細菌がお子さんにうつり始める「感染の窓」と呼ばれる時期です。



### ～3歳

#### 乳歯が生えそろう時期

フッ素もそろそろ使い始めましょう。日本の歯磨き粉にはフッ素含有量が書かれていませんので注意して使用する必要がありますが、歯科医院専売の歯磨き粉はどのくらいの量を使ったらよいか明確な規定があります。一定の濃度のものを毎日使うことで虫歯菌の増殖を防ぎ、歯の質を高めることができます。



#### 永久歯が生え始める時期

早い段階でのシーラントやフッ素塗布などの虫歯予防をこころがけ、永久歯を虫歯にさせないようにしましょう。また、スマホやゲームなどに夢中になって口呼吸になっているお子さまをよく見かけます。口呼吸は歯並びを悪くするだけでなく、虫歯にもなりやすくなります。さらにはぜんそくやアレルギーにもなりやすくなります。ぜひ一度歯科医師の診断を受けてください。



## デンタルイベントのお知らせ

開院11周年企画!!  
12月は五條歯科医院へ行こう!!  
日時 12月10日(土)10:00~16:30  
時間内は自由にお越しください  
どなたでも

- ☆個別相談(無料)開催します
- ☆ミニセミナー
  - 10:00~14:00 「乳歯と永久歯の違い」
  - 11:00~15:00 「歯磨き粉の選び方」
  - 12:00~16:00 「矯正のベストタイミング・方法・値段」
- ☆歯ブラシ指導
- ☆歯に良い乳酸菌のご紹介
- ☆唾液検査紹介コーナー

五條歯科医院  
カバのマークの歯科医院  
TEL:045-791-0118

12月10日(土) 10:00~16:30  
場所: 五條歯科医院  
☆個別歯科相談  
☆ミニセミナー  
10:00~14:00 「乳歯と永久歯の違い」  
11:00~15:00 「歯磨き粉の選び方」  
12:00~16:00 「矯正のベストタイミング・方法・値段」  
☆歯ブラシ指導  
☆唾から分かる虫歯のリスク  
☆乳酸菌で善玉菌を増やして口腔環境・腸内環境の両方を整えよう!



←楽しく準備中です♪

ご家族、ご友人をお誘い合わせの上、もちろんお一人様からでも、お気軽にご来院ください。皆様のご来院を心よりお待ちしております。

## アンケートのお願い

みなさんの声をお聞かせください  
「患者さんの声」調査キャンペーン  
キャンペーン参加方法はWEB

下記にアクセスして、コードを入力してください!  
アドレス: <http://koe.qlife.jp/>  
病医院コード: 31241  
病医院名: 五條歯科医院

参加期限は11月30日です。

キャンペーン参加のみなさんから抽選でプレゼント!!  
100名様に  
Amazonギフト券500円分