

## 食欲の秋の始まりです！

まだまだ季節は真夏のように、外にでると汗が止まりません。

しかしこれから少しずつ涼みだすと、日本は美味しい食べ物が旬になっていきます！

なすやいちじく、栗、イクラや鰻<sup>うなぎ</sup>…もっと寒くなれば河豚や平目<sup>ひらめ</sup>などなど！

春になればまた別の旬がやってきますので、考えているとお腹が空いてきますね。

おいしいご飯を食べるときに、やはり避けたいのがお口の中の痛みです。どんなに美味しそうな料理でも 歯や歯茎が痛み出すと食欲が沸かず、折角の旬の食材を楽しめません。ですので、私たちは「痛みが出る前の口の中のメンテナンス」を大切にしています！

### ～痛くなくても歯科医院へ行こう～

歯が痛い！そうになってしまうと、歯を守りながら痛みを取るために、一度の通院では終わらない事があります。更に痛みによっては、神経や歯を抜かなければいけない可能性も…。定期的な月ごとのお口のメンテナンスは、歯を守り、**痛みを出さない為の定期点検**です。

### ～ご自宅で行って頂きたい、お口のメンテナンス～

定期的にご来院頂いても、ご自宅でのお口のメンテナンスを怠ると、歯科医院に来ているのにも関わらず虫歯ができたり、歯周病が進行したりすることがあります。歯や歯茎を守るのは患者様ご自身ですので、歯みがきやうがい等はきちんと行いましょう。歯の並び方や本数によって磨き方やチェックの仕方が違いますので、歯科医師や衛生士のアドバイスを参考に取組んで頂きますよう、お願い致します。

#### ～ 先生をつぶやき ～

#### 歯科医師 山田 美美 より

早いもので、今月で娘が1歳を迎えます。暑さが残る9月ですが時折涼しい風も吹き、朝晩は過ごしやすく感じます。汗っかきの娘はプール納めを残念がっているようです。

歯が生え出し、そろそろ歯ブラシで遊ばせようと子供用歯ブラシを用意しましたが、みなさんは子供用と大人用の歯ブラシの違いをご存知でしょうか。大きさだけでなく、硬さも違います。子供用のほうが毛が硬めなんです。また、仕上げ磨き用というのもあり、これは子供用の毛の大きさ・硬さで持ち手が大人用で大きめです。



渡  
辺  
歯  
科  
通  
信

2015年  
9月



最後までお読みいただき、ありがとうございました！

医療法人渡辺会 渡辺歯科医院 熊本市楠 8-9-8 〒861-8003 TEL 096-338-2345



Web アドレス <http://www.watanabe-kai.com/> email アドレス [info@watanabekai.com](mailto:info@watanabekai.com)

