



神宮前歯科クリニック の

スマイル通信!!! Vol.113

— 『令和元年』 —

住所 札幌市中央区宮ヶ丘1丁目2-1 電話 011-631-0010

<http://www.jingumae-dc.jp>

新年号「令和」が、いよいよスタートしましたね。発表当初は、平成に慣れ親しんだせいかなんだか違和感を感じましたが、よく目にするようになり、徐々に違和感もなくなってきましたのは私だけでしょうか？ゴールデンウィークも明け、今年の円山公園の桜は、どうなっているでしょう？ちよと先月大阪で学会があったので会場に行く途中の公園で見かけた桜をご紹介しますね。

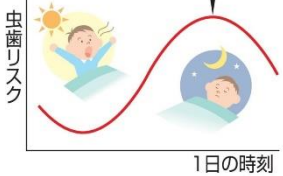


さて今月は、実行委員長を務めさせていただいている学会の開催があります。九州から2名の先生をお招きしての開催で、とても楽しみにしております。成功しますように……。

つい先日、北海道医療大学と北海道大学の研究チームが、夕食や就寝の時間が遅いと、子どもが虫歯になるリスクが高まるとの調査結果を発表しました。

虫歯リスクのイメージ

夜間は虫歯の可能性高まる



経験的に悪いとされてきた夜更かしの影響が、科学的に証明され、乳歯のみが生えている2〜7歳の子どもは、就寝や夕食の時間が遅かったり、夕食の時刻にばらつきがあったりすると、虫歯の数が多いと判断したようです。

早寝早起きは三文の徳「気を付けましょうね。」

○ ● ○ スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは。歯科衛生士の浅尾です。今月で、このクリニックで働いて一年になりました！一年があっという間に過ぎました……。これからも一生懸命皆さんのサポートをしていきますので、困ったことがあれば遠慮なくおっしゃってください。まだまだ未熟ではありますが今後ともよろしく願います。

先日、友達とお花見をしながらバーベキューをしました。天気がすごく良く暖かくて最高な一日になりましたよ！今年のGWは10連休と言うことでどこも混んでいたかと思います。皆さんはどこかへお出かけしましたか？GWの思い出話を聞かせてほしいです！

これから暑くなるかと思いますので体調には十分気をつけてくださいね。



◇ ◆ ◇ 耳より情報 ◆ ◆ ◇

こんにちは。歯科衛生士の佐藤です。新しい元号の「令和」になりましたね！この元号に込められたように、美しく穏やかな時代になることを願います。今回は、『舌苔』についてお話ししたいと思います。舌苔とは、舌に付着した白い苔のことです。基本的には誰にでもあるものですが、舌苔が厚くなってくると味を感じにくくなってしまったり、口臭の原因になってしまったりします。除去の方法としては、舌専用のブラシで優しく磨いて落とすことが出来ます。ですが、舌の表面には味を感知する味蕾というものがたくさんあり傷がつきやすいため優しく落とすことがコツです。

基本的には舌が上顎に当たっていれば汚れも落ちるので磨き過ぎには注意が必要です。気になる方はスタッフまで声をかけて下さいね。



今月の言葉

『初春の令月にして、気淑く風和ぎ、梅は鏡前の粉を披き、蘭は珮後の香を薫らす』

万葉集の梅の花の歌32首の序文より

< 診療時間変更・休診のお知らせ >

5月25日(土) 17:00まで

ご不便お掛け致しますが、何卒ご了承くださいませ。