

教えて！！ 衛生士さん！

Q「子供の仕上げ歯磨き…
何歳までしてあげればいいのか？」

A. 8歳頃まで お母様、お父様が仕上げ磨きをして下さい。
自分で歯磨きは出来るけれど、まだまだ汚れは落としきれ
ていません。乳歯と永久歯の生え変わりの大切な時期で、
生えたばかりの永久歯は虫歯になりやすいのです。
高学年になってもコミュニケーションの1つとして、きちんと
磨けているか時々みてあげるのも良いのではないでしょう
か？
「こが歯科医院」では、お子様にも大人気のディズニ
ーキャラクターの歯ブラシを年齢別に 取り揃えています。
「可愛くて磨きやすい」と評判で
よく売れていますよ。ぜひ、お子様
のお口の成長に合ったものをお使い下さい。

歯科衛生士 米田 紀子



252円

今月の食べ物

節分では豆まきですが、これは「魔滅」からきているといわれ
ています。福岡でまく豆は大豆。大豆は「畑の肉」や「大地の黄金」
とも呼ばれています。これはたんぱく質が全体の **30%** と
豊富に含まれているからなのです。しかも必須アミノ酸もバランス
よく入っており血中コレステロール低下や肥満の改善効果が
あるといわれています。大豆は豆腐や納豆など加工食品が
たくさんあるので、マキにとるようにしましょう!!

番戸 尚子



こんにちは！あっという間に1月が過ぎ、
2月となりました。今月は豆まきにバレン
タインと楽しい行事がいっぱいです。
みなさんはどんな風に過ごされますか？
まだまだ寒い日が続きますが、行事を楽し
く過ごして心から暖くなるのもいいで
すね！

「こが歯科医院」スタッフも心温まるよう
な笑顔で皆さまと接していきたいと思
います

編集長：番戸平尚子

オススメ レストラン

「akivic」

こんにちは。今回私がご紹介するのは、魚町
商店街の中にあるカフェ「akivic」さんです。
とても落ち着いた雰囲気、一人でも入りやすい
お店です。(実際私も一人でいきます…)。
私はよくランチセットを頂くのですが、スー
プがとってもおいしいです。ランチスー
プと、スープの二種類あります。しかもお
かわり自由なんです。ぜひぜひ行かれて
みて下さいね。

山田 春織

★
〒812-0101
#小倉
福岡
★小倉北区魚町1-1-8
kissビル1F



2月の診療案内

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27

1日は祝日、24日は研修の為休診さ
せていただきます

販売物の案内

医療機関でしか手に入らない!! おするめサプリメント

「アスタリールACT」60粒 ¥6800

今、TVや雑誌で話題
沸騰中「アスタキサンチン」高配合!! サプリメントです。私たちが1日に1杯を
守る「抗酸化力」を体内に備えておくのが、加齢とともに減少…
その為、食事やサプリメントで「抗酸化力」の強い成分を毎日定期的に取り
入れる事が重要。アスタキサンチンに最も希少な成分! 交配力として
更年期の悩み 目の不調 体力の衰え 美容効果など
その効果を20倍例が報告されています。アスタキサンチン高配合サ
プリメントを元気に!! 詳細はアスタキサンチンにお尋ね下さい。村田千知子

