

夏の厳しい日差しも過ぎ去り、過ごしやすくなってきました。9月の中旬は「涼しくなるのはまだまだ先かなあ…」と思うほど暑かったですがあっという間に涼しくなりましたね。朝や夜はちょっと肌寒いかなあ?と思うほどです。この時期は気候がとても変化しやすいのでみなさん体調には気を付けて下さいね!せつかくの秋、過ごしやすい気候なので元気で、色々と楽しいことにチャレンジしていきたいですね。そういえば10月と言えば、日本ではあまり取り入れられていないのですが、ハロウィーンがあります。「お菓子をくれないと悪戯しちゃうぞ!」という意味で「トリックオアトリート!」と子供達が仮装をして歩くイベントですが、こういうのもチャレンジしてみても面白いかもしれません。ただ、食べ過ぎの注意と食べた後の歯磨きは忘れないようにしてくださいね! 編集長: 番戸平尚子

お絵描き大会結果発表

夏休み期間中に9月おたけ「お絵描き大会」に28人のお友達が参加してくれました。夏の思い出や家族の絵が上手に描かれました。厳選する審査の結果6名のお友達が選ばれました。

- 《金賞》
 水野 一咲さん ・ 水野 取実さん
 《銀賞》
 中田 瑠音さん ・ 若野 翔平さん
 《銅賞》
 中村 咲さん ・ 廣末 隼大さん

おめでとうございます!!
 参加してくれたお友達の絵は、フائلに
 とびて キーボードの本体側に置いて
 いきますので是非ご覧になって下さい。

谷の優美

教えて!! 衛生士さん

食事が変わると歯ぐきが変わって
 オトですか?

お菓子、甘い飲み物を毎日好きなだけ摂っていると、常に口腔の中はフルーツ(歯垢)がたまっていて、細菌が繁殖し、歯ぐきが赤く腫れたり、出血したりという歯肉炎となったり、多数の歯と歯の間に虫歯ができてしまいます。

健康な歯ぐきと虫歯のない安定したお口の環境を維持するには、3度の食事をしっかりと摂る、甘いものに気を付け、喉が渇いたらお茶やお水にするなどの好ましい生活習慣が大切ですよ!!

「食事が変わると歯ぐきが変わる。それに生活が変わると健康な歯ぐきと虫歯のないお口をバリバリ食べる...」
 素朴に満ちた長生の秘訣ですね**
 虫歯や歯肉炎の根本原因である食事の見直しを是非とも考えて下さい。 財前 博美



私の趣味ノート

私の趣味は写真を撮ることです。
バラの花の写真を撮るのが好きですが、
他の花や空の雲を撮るのも楽しいです。
旅行中ももちろんカメラは必携で、右手に
デジカメ、左手に携帯電話のカメラをかま
えて、夢中で撮ってしまいます。でもあつ
にたくさん撮り過ぎて、どれを印刷するか
選ぶ時、時間がかかり過ぎてしまうので
すば...。それでもやっぱりキレイなもの、ステキ
なものは、また思い出せるように残して
おきたいので、これ
からも懲りずに撮り
続けたいと思います。



窪 睦代

スタッフに訊きました!

「幸せだなあ」って思うのはどんな時?



一人暮らしなので実家に帰って
家族とご飯を食べる時です!

甘いものを食べている時は「幸
せだなあ...」って感じます♪



「明日がある!」ってとっても
幸せな事ですよ〜!



みなさんはどんな時が「幸せ」ですか?

誕生日のお祝い

誕生日は1年に1度生まれた日を祝う大切な記念日ですよ!ところで日本では以前誕生日を祝う習慣
がなかったと皆さんご存じですか?日本では以前年齢は「数え年」で数えていました。
数え年は、正月に皆一斉に年をとることから毎月の誕生日を祝う習慣がなかったそうです。
昭和25年1月1日から「年齢のとなえ方に関する法律」が施行されて、満年齢が普及して
それ以降に満年齢による各人の誕生日を祝うようになったそうです!!!
皆さんは毎年どんな誕生日をお過ごしですか?私はケーキが毎年楽しみです♡

堂領舞



おすすめデンタルグッズ

『この歯科医院』のおすすめデンタルグッズは
「チェックアップフォーム」です。このハミガキ剤は
初めから泡で出てきますが、泡立ちが少なく
ミントの味を強くないのでペーストタイプのハミガキ
剤が苦手な方におすすめです。フッ素が配合
しており、再石灰化を促進し、歯の発生
進行を予防してくれます。ぜひ使ってみてください。



チェックアップ
フォーム
1本 1,050円

山本 彩香

10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	28	29
30	31					

10日は祝日、19日は院内研修の為、
休診させていただきます