

クローバー エクスプレス

Clover Express

KOGA DENTAL CLINIC
こが歯科医院

北九州市小倉北区日明3-3-6 2F
TEL093-581-9120

H24
年

新年早



あけましておめでとうございます

新年のごあいさつ

あけまして おめでとうございます。 昨年は東日本大震災が起こり、大変な1年でしたが、おかげさまで「こが歯科医院」も開院18年を迎えることができました。本年も「こが歯科医院」スタッフ一同、お口の健康を通して、皆様が快適に生活できるよう微力ながらも お手伝いしたいと考えております。 まだまだ勉強不足な私達ですが、定期的に勉強会を開いたり、セミナーに出席するなど、日々努力をし、スキルアップを図り、より良い病院に存れるよう頑張ります。本年もどうぞ宜しくお願ひ申し上げます。 院長 古賀 睦弘



こが歯科医院
NEWS!!

NEW

歯科独特の“キーン”という歯を削る音が「怖い」「苦手」とお困りの方はいらっしゃいませんか？ 当院ではそのような不快音を少しでも軽減させるために“ノイズクリア”という最新のヘッドホンを導入しました。

私も実際に体験しましたが、ヘッドホンをつけると癒し音楽が流れ、周囲の声はもちろん聞こえますが、キーンという音が軽減され、怖さがなくなり、とてもリラックスした気分になりました(๖)/

◎ ぜひ 皆さんも体験してみませんか？

お気軽にスタッフにお申し付けください☆

堂領 舞

今月の食べ物

今月の食べ物は「大根」です。広く出回っているもののほとんどは「青首大根」と言う種類のもので、一年を通して出荷されますが、概して春から夏の間は辛味が強く、秋から冬の間はみずみずしく甘味が増しています。大根には「ジアスターゼ」というデンプン分解酵素が多く含まれているため、消化を助け、胃もたれや胸やけなどに効果があるそうです。また大根の葉には、ビタミンCやE、カリウム、カルシウム、β-カロチンが多く含まれていて、非常に栄養価が高いので、揚げ物やみそ汁などでいただきます。

窪 睦代





ドクター増田の

歯科講座

今回は被せ物の土台となる**支台(コア)**について説明していきます。大きな虫歯になってしまったために、そのままでは被せ物を入れられないことがあります。そのような場合に歯の根、ここに土台を立てます。これが**支台(コア)**です。



このように**支台(コア)**はまさに歯の土台となる部分ですので非常に大切な治療過程になります。

行事の思い出

1月と言えば、たくさんの行事がありますか? 皆さんはどんな思い出がありますか!?

私はと言うと、やはり成人式です。かれこれ約10年も前の事ですが、私は2ヶ所の成人式に参加しました。まずは、今住んでいる北九州市で参加。そしてもう1ヶ所は実家のある大分県です。中学の頃から北九州市にいたので、こちらの友達も多く、日付が重ならなければ、この2ヶ所に参加していただきたと思います。たくさんの友達と久しぶりに再会できる事ができ、とても楽しい思い出です。10年も経つのですが、成人式の写真は今も祖母の家に飾られています。高松 翠



私の趣味ノート

私は小さい頃から何か物を作るのが好きです。

今までの経験したものは数知れず...

料理のお裁縫、編み物、ビーズ手芸、ポリマー粘土、フラワー、ワイヤー細工、限定 etc...

最近では、1日かけて自分の為にマラソンを編みました。

何かを作りはじめると何時間もかけて作り、肩はが4が4になります...でも、出来上がった時の達成感が1+2より大きく感じるのです!!

次は誰かの為にマラソンを編みたいですね...

谷口 優美

おすすめSHOP



今回私がおすすめするのは、「Kitchen @」というカフェです。小倉真人前郵便局と、夜巻の間の通りを少し行くと、1Fにあるお店です。写真にもありますが、お店の外壁にイラストがはられてとてもかわいいです。店内の食事もオシャレです。今回私が買ったのは、日替わりランチ(900円)です。写真のランチプレートとスープ、十食後にコーヒーか紅茶がついてきます。他にも煮込みハンバーグがおいしいと評判だそうです。ぜひ一度行ってみて下さい!

「Kitchen @」

山田香織



おすすめデンタルグッズ

むし歯の予防に!! 『フッ化ナトリウム 洗口液 0.1% (ライオン)』



250ml ¥1260

※ここが歯科医院で
フッ素塗布をしてくれる方
¥1050

フッ化物洗口は効果的なむし歯予防法として幼稚園や小学校など実施する施設も年々増化しています。

《フッ化物洗口をすると、歯はどうなるの?》

- ・ **歯質の強化**: フッ化物の作用でエナメル質の結晶性が高まり、溶解しにくくなります。
- ・ **萌出後のエナメル質の成熟促進**: 唾液中のカルシウムやリン酸の取りこみを活性化し、むし歯になりにくくします。
- ・ **初期むし歯の再石灰化**: 酸によるエナメル質の脱灰を、ミナラル濃度が健全な状態にまで回復させます。
- ・ **酸の産生を抑制**: フッ化物には、口中の細菌の代謝活性を抑制する働きがあり、酸の産生を抑制します。

みなさまも、これからのむし歯予防にハミガキ + フッ化物洗口を
取り入れてみませんか? 詳しい事はスタッフへお尋ね下さい。

米田 紀子

教えて!! 衛生士さん

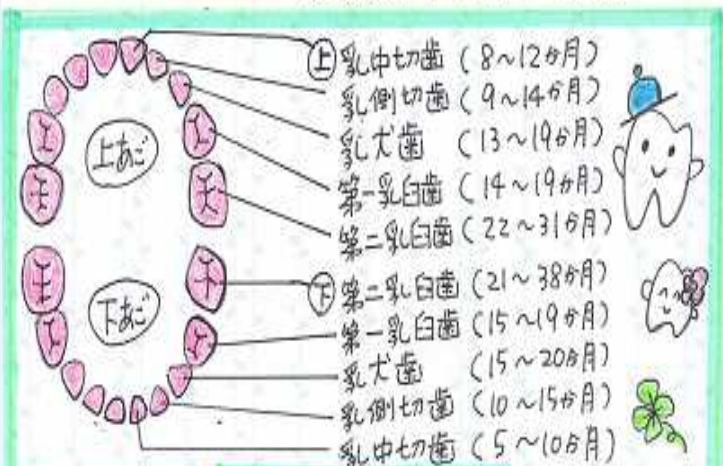


Q 子どもの奥歯(乳歯)がはえてくると、お口の中はどのように変わる?
〈豊前 博美〉

A 上下のあごがしっかりと
おみ合わせできるように!

- (1) 乳歯20歯が生えそろって子どもの歯の形成が完成!
- (2) "赤ちゃん"から"子供"と顔の変化も、お口の中も広くなる!
- (3) おみ合わせが、安定する!!

※上手におむすためには、舌(舌)と頬とあごの動きが協調して動かさなければなりません! 子どもの歯がはえて、完成した時点で、口と歯の形と機能の健康状態をみていく必要があります。



ホッとのお話

私は、仕事で疲れて家に帰った時でも6年くらい前から食っている「ネーランド」(ウサギ)の「ミルキ」ちゃんの顔を見るとホッと疲れがなくなります。私が帰ってくると、エサのお皿を回してご飯のおねだりをします。ご飯の時間が遅いと、ブーブーと鳴いて怒ったり、ごきげんな時は手を少しだけペロペロなめてきます。そして顔をなでると気持ちよさそうにして目をつぶります。そんな姿を見ると、とても可愛しくてホッとします。

みなさんはどんな時にホッとしますか??

山本 彩香

1月の診療案内

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
9	10	11	12	13	14
16	17	18	19	20	21
23	24	25	26	27	28
30	31				

2日と3日はお正月休みの為、18日は院内研修の為、休診させていただきます。