

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



歯と口の健康週間

皆さん、6月4日～6月10日までの1週間は、「**歯と口の健康週間**」というのを、ご存知ですか？歯と口の健康に関する正しい知識を皆さんにお伝えするとともに、歯科疾患の予防に関する適切な習慣を身に付けて頂き、あわせてその早期発見及び早期治療によって、歯の寿命を延ばし、皆さんの健康の保持増進に寄与することを目的としています。

それに関連して、「**8020運動**」というのをご紹介したいと思います。「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。そのため、「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めて、この運動が始まりました。楽しく充実した食生活を送り続けるためには、一生健康な歯を保つことが大切です。是非皆さんも「8020」を目指してください。



院長 古賀睦弘

おすすめ映画



6月といえば梅雨の雨、雨といえば...
ということで、今月のおすすめ映画は、ジーン・ケリー主演の『**雨に唄えば**』です。1953年に公開された古いミュージカル映画ですが、不朽の名作として今でも根強い人気を誇っています。ダンス・歌・ストーリーのどの要素も良い映画なので、どの世代の人でも繰り返し見て楽しめると思います。ジーン・ケリーが土砂降りの雨の中で主題歌を歌いながらタップダンスを踊るシーンが最も有名ですが、私は主人公の親友役のドナルド・オコナーが映画の撮影現場で踊る、軽快でアクロバティックなダンスが大好きです。



窪 睦代

おすすめデンタルグッズ

6月のおすすめデンタルグッズは、『**ノンフィット**』です。こが歯科に新しく入荷した歯ブラシです。ノンフィットは、メーカーと歯科衛生士が共同で開発した歯ブラシで、特徴としては、コンパクトなヘッドで、先の長さを短く、とても柔らかく、適度な力でブラッシングすることができます。超極細毛で、届きにくい歯の隙間や歯周ポケットに入り込み、汚れをかき出します。ノンフィットは、ブラシの中心部分が少し太くなっており、ノンブレード持ち（鉛筆持ち）で、フィットするように作られています。

ブラシ圧をコントロールする為に、コッタリの握り方なんです!!

色は4色展開で、ワリアなデザインがとてもオシャレですよ!

6月は、通常250円のところ、**20% OFFの200円**になります!

ぜひぜひ試してみてください。

山田香華

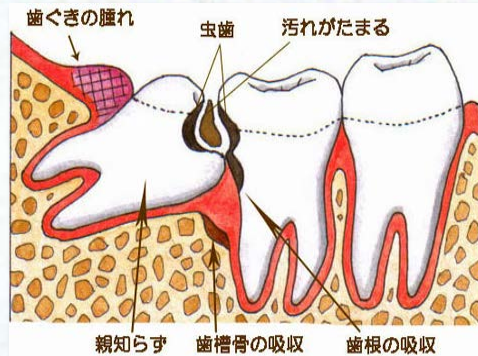




ドクター田中の

歯科講座

『親知らずは抜いたほうがいい?』



親知らずは高校生くらいから20歳前後に生える最後の歯です。一番奥のため、歯みがきが難しく、むし歯や歯ぐきが腫れたりすることが多くあります。また、傾めに生えたり、真横に埋もれていたりすると、全体の歯並びに影響します。このことから、生え方が真ついで、歯みがきがしやすい状態の親知らず以外は、何らかメトラガルの原因になる危険性がありますので、事前に抜いたほうがいいでしょう。

特に女性は、妊娠中の抜歯は薬などの影響も考慮してなるべく控えたほうが良いので、痛くなる前に、早めに抜くことをお勧めします。

親知らずを抜歯するべきかどうかは、生え方により様々です。ご自身の歯の生え方がどのような状態か、まずは検診などでチェックをするのが大切です。

田中 義博

おすすめSHOP



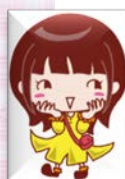
みなさんこんにちは!!

私が今回オススメするSHOPは...
福岡市早良区百道浜マリゾン内にあります「**MAMMA MIA**」というお店です。創作料理、イタリアンのお店で、店内からは海が見えるとても雰囲気の良いお店です😊
料理ももちろん!!おいしいので、福岡市内に行かれた際はぜひ行って見て下さい♪ 高田

私の趣味ノート



みなさんこんにちは(^ω^)
デンタルアシスタント新人の近江です。
私の趣味はEXILEのライブに参戦することです。前日に嫌なことがあっても、いざライブが始まると、そのことを忘れるくらい楽しませてくれます!!ただいまツアーの途中で、私は6月の福岡ヤフオク!ドームに行く予定です。ライブ中は我を忘れて騒いでしまうので、すごくストレス発散になり、むしろ癒されています。
ライブがない時期は過去のライブDVDを観て楽しんでいきます(^o^)/



みなさんの好きなアーティストは誰ですか?
是非その方のライブに行ってみてください。
きっと楽しい時間になりますよ♡

近江 由香

私のふるさと便り

デンタルアシスタントの黒崎です!
私の地元 三重県 では今の時期になると**岩がキ**の収穫が盛んになります!!
岩がキは「夏がキ」とも呼ばれ、冬のカキよりもクセがなく、タウリンや亜鉛、銅、ビタミンB群などを多く含み、とても栄養価の高い食べ物です。
冷やした生の岩がキにカンキツ類をしぼって食べたり、炊き込みご飯やカキフライ、グラタンなど熱を加えてもクリーミーでコクのある味わいが楽しめます!



『三重県、的矢湾の岩がキ』
お取寄せもできるので、冬のカキとはまた違った味わいを試してみたいかかですか?😊

黒崎 梓

6月診療案内

月	火	水	木	金	土
					1
3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28	29

12日は院内研修の為、休診させていただきます。