

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



こが歯科医院 NEWS!!

8/27(水) 14:00~

「デンタルキッサニア in summer」

お子様たちに、歯医者さんのお仕事体験やクイズを通して、歯について楽しく学んでもらえる『デンタルキッサニア』を開催します。今回はスペシャルゲストとして、グリーンパークPR大使の「キタキュウマン」もぜひ来場！一緒に写真も撮りますよ!!

只今受付にて、参加予約受付中です。たくさんのお子様たちの参加をお待ちしています。

窪 睦代



NEW スタッフ ☆



こんにちは。
7月から働きはじめました
歯科医師の谷口です。
生まれも育ちも小倉。5歳と3歳の
小倉子です(太鼓はたたけません)。
趣味はバスケットボールと旅行先での
ご当地名物の食べ歩きです。
みなさんも食べるのが大好きですか？
みなさんがいつまでも美味しく食事を
楽しむことができるようにお手伝い
したいと考えています。
前任は小児歯科でしたのでお子様
にも楽しく通っていただけるように尽力
いたしますのでよろしくお願ひ致します。
谷口

おすすめデンタルグッズ

今日のおすすめデンタルグッズは、flower floss (フロアフロス)です!!
なかなか歯ブラシだけではケアの難しい、歯と歯の間の汚れや、
歯ぐきの下の隠れた汚れを残さずからめ取る事ができる、**歯周病**
予防のためのデンタルフロスです! 小さなお子さんにも使いやすいので、
仕上げ磨きの後のおそうじとしても、是非使ってみてください。

通常650円のところ、今月に限り、**20%**

オフの520円で見販売いたします!!

受付に置いてありますので、ぜひ
気軽にお声掛け下さい!!

山田香織





ドクター宮崎の

歯科講座

正しい歯の磨き方



むし歯を防ぐには歯磨きで歯垢(プラーク)をしっかりと取り除くことが大切です。

歯磨きの基本 ケースを20回以上、歯並びに合わせて歯磨きをしましょう!

① 毛先を歯の面にあてる

② 軽い力で動かす

③ 小刻みに動かす



ハブラシの毛先を歯と歯ぐき(歯肉)の間目、歯と歯の間目、きちんとあてる



150-200g

ハブラシの毛先が広がらない程度です



5~10mmの幅を目安に小刻みに動かす。1~2本ずつ磨く

歯磨きの工夫

「歯磨きの基本」を守りながら、ハブラシの向きににくい歯も工夫して丁寧に歯磨きしましょう!!!



でこぼこ歯並び

前後のでこぼこしている歯は1本1本にハブラシを縦にあてて毛先を上下に細かく動かしましょう。

歯と歯ぐき(歯肉)の間目

歯ぐき(歯肉)に対しては45度の角度に毛先をあててハブラシを5mm程度で動かしましょう。



歯肉の低い歯

歯肉の低い歯に対しては、ハブラシを斜め横から入れて、細かく動かしましょう。

プラークは生きていた細菌の塊で、むし歯、歯周病などの原因となります。乳白色の歯と同じ様な色をしており、舌で触るとザラザラした感触がある。それはプラークです。プラークは水に溶けにくく、粘着性があるため、歯の表面に付着し、うがいだけでは取り除くことができません。プラークを取り除いてむし歯や歯周病を防ぐためには、正しい歯磨きが必要です。

私の趣味ノート

私は今友人と一緒に旅行に行く旅にハマっています!
最近は大分旅行を満喫してきました!
大分県に行くのは今年に入ってもう4回目ですが、今回は九重で「パラグライダー」に初挑戦してきました!!

その日は快晴でパラグライダーをするのに絶好の日でした。*
思っていたよりも全く怖くなく、むしろ絶対にしたい!!!と
思うくらい最高の気分が空も飛ぶことができました(*^^*)
パラグライダーおすすめです*

皆さんもぜひ挑戦してみてくださいね!!



堂領舞

おすすめSHOP



今日のオススメSHOPは、若松区高須
にあるお好み焼き屋さん、
『STEEL SESSION』です。
人気No.1の「STEEL SESSION焼」は
フーズがたっぷりのイタリアンテイストの
お好み焼きで、とってもおいしいです♡
オシャレな内装や、イケメン兄弟のサービス
にも注目です(・∀・)☆
みなさん、是非足を運んでみてください!
私のオススメは からあげです♪



山下

わかばくらぶからのお知らせ

ただ今、小学生以下のお子様を対象に
「お絵かき大会」を実施しております。
テーマは「夏休みの思い出」です。
優秀作品には、素敵なプレゼントがありますよ~☆
皆さん奮ってご参加下さい!!



8月診療案内

月	火	水	木	金	土
				1	2
4	5	6	7	8	9
11	12	13	14	15	16
18	19	20	21	22	23
25	26	27	28	29	30

6日は院内研修の為、13日・14日・15日はお盆の為、休診させていただきます。