

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

H22年

11月号



段々寒くなってきましたね。本格的な冬が近づいてきています。デパートやスーパーに行くとクリスマスのケーキやおせちの予約も出てきており、年末の忙しさも徐々に迫ってきていますね。その寒さと忙しさで体調管理を忘れないように気を付けてください。風邪や病気にならないようにするのはもちろんですが、歯の検診も忘れないようにしてください。年末は楽しい行事もたくさんあるので、その時に歯が痛い！！なんてことがあったら楽しい行事も台無しです。今のうちに治療しておきましょう。「こが歯科医院」では歯科医院も楽しく通えるように心がけています♪

編集長 番戸平尚子

こが歯科医院 NEWS!!



10/9(土)に、こが歯科医院で協力させて頂いていた先生方の送別会をしました。スタッフからはメッセージカードとみんなの笑顔写真、医院の写真などを見ながら手作りのアルバムをプレゼントしました。先生方にもとても感謝してもらえて、こが歯科医院での経験はほんとに良いものになったこと喜びの声を頂き私たちも温かい気持ちになりました。その気持ちを大切にして『温かい医院づくり』に努めます。山本 栄子



教えて！！衛生士さん

子供の歯にすき間が!! だいじょうぶ?

乳歯は、およそ2歳半から3歳前後で生えそろういます。

永久歯への生え変わりでは、乳歯よりも大きな永久歯が生えてきます。

乳歯列の時には、すき間がないと永久歯は、でこぼこになって生える事になります。

歯にすき間があるのは、永久歯の生えるスペースを残しているからなので、だいじょうぶです。

ちなみに、乳歯の歯並びの時にできるすき間を「**発育空隙**」といいます。



歯科衛生士
春岡 節美



こが歯科医院のホームページ♪

院長紹介ページや患者さまのお声などなど…

役立つ歯科の知識も盛り沢山♪

ぜひ一度のぞいて見て下さい。

小倉 こが歯科

検索

<http://koga-shika.kamu-come.com>

★おススメのページは『こが歯科ブログ』です。

スタッフ交替わりで記事をアップしています。

こが歯科最新ニュースやお役立ち情報…などなど
楽しいページですよ♪

トップページにある、↓アイコンからどうぞ。



おすすめ SHOP

焼きドーナツ

生ドーナツ↑



こんにちは。最近すっかり寒くなりましたね。
今回、私がおすすめするSHOPは、九州歯科大学
の近くにある「パティスリー・ボヌール」という
焼きドーナツのとてもおいしいケーキ屋さんです。
私のおすすめは、やはり焼きドーナツ!!
揚げたドーナツより、ヘルシーなのに
食感がたまらなくあり、外はサクサク、中は
しっとりしていて本当にクセになります。
7種類もあって値段も120円~150円と
とってもリーズナブルな。また、今流行の
生ドーナツや、かわいいケーキもたくさんあります。
ぜひ一度、足を運んでみて下さい。青沼史子

Patisserie Bonheur
パティスリー・ボヌール

〒803-0844

北九州市小倉北区真鶴2-1-13

093-592-5066

AM10:00~PM20:00

焼きドーナツ

プレーン120円 その他150円



今月の食べ物

秋といえば芋類が旬の時期ですが、今回は
「山芋」を紹介します。「山芋」と呼ばれる「長芋」「大和芋」
を代表としたネバネバした芋は、分解酵素のアミラーゼを
多く含み、人間の消化を助けてくれます。
これにより、満腹中枢が刺激され、他の食べ物よりも
早く満腹感を味わえます。また、独特のヌメリの元で
あるタンパク質とマンナンが結合したものは、食物
繊維と同じような働きをするため、整腸効果も
あります。その上、ビタミンBやビタミンCの他に
カリウムも多く含んでいるため、ナトリウムの排出を
促し、血圧を下げる効果も期待できるのです。
山かけご飯や金平焼など色々な食べ方が
ある山芋ですが、加熱しすぎると消化酵素の働き
が弱まるので、あまり火を通さない方が
オススメです!

番戸平

スタッフおすすめ Book

「風の谷のナウシカ」

ジブリ映画でも有名な作品ですが、実はこの作品には
原作があるのをご存知ですか?これは宮崎駿監督が描いた
マンガなのですが、実はほとんどの方が知っている映画の
ストーリーはマンガ全7巻の中の2巻までのお話なんです!
その後の話は少しずつ難しくなり、戦争はなぜ起きるのか、
本当の「エコ」とは何が、ということを考えさせられる内容です。
また、映画の中の大事な役目であるあの人(?!?)と
意外な結末も見ることが出来ます。個人的にはいつも
主人公ナウシカの肩にいるキツネリスの「テト」がものすごく
好きだったりします。

ジブリ作品が大好きな方は
一度読んでみて下さいね!

全7巻 ¥410
徳間書店 出版



番戸平 尚子

おすすめDVD

『フラダを着た悪魔』

この映画は、2003年4月にリリースされた、ローレン・
ワイズバーガーによる本を、2006年に映画化したものです。
ジャーナリスト志望の主人公アンドレア・サックス(アン・
ハサウェイ 演)が、アメリカや世界が注目し、何百万人の
女性があこがれるファッション言説「ランヴェイ」の
編集長に就任します。しかしその編集長であり、直属の
上司、ミランダ・クレスター(メリリス・ソープ 演)はとにかく
最悪!! ハリケーンの中、「数ヶ月の薪を手配しろ」や「解雇前
のハロー・ポッターの本を手に入れろ」など、ムチャクチャ平気で
言います。アンドレアは、「1年の経費を種んだら違う
ところにいくんだ! だけど最悪!!」とクツを言いながら
働きますが、だんだんその考えも崩壊していることに
気づき...。私も含め、働いている人、これから働く人、
転職を考えている人など、とにかく仕事に対する
態度や考え方を考えさせられる映画です。

ちょっと今の仕事に上手くいっていない、これから
働くのに不安...。そんな方にはぜひオススメ
の映画です。

山田 香織