

寿都歯科は寿都高校野球部を応援しています!

今年も寿都高校野球部に差し入れを持って行き、さらに秋季大会の応援にも行ってきました。残念ながら敗れましたが、9人ながらも強豪相手にひたむきに頑張る姿は、見ていて非常に気持ちのよいものでした。これからも是非頑張ってくださいと思います。頑張れ! 寿高野球部!!

栄養士田中の栄養講座

こんにちは! 田中です!! 今回は秋の味覚の話題です。果物は栄養が豊富で少量でも様々な栄養素をバランスよく摂取することができます。

Q ビタミンB1
 果物に多く含まれているのはビタミンB1です。エネルギー生産に必須の栄養素です。

Q ビタミンC
 果物はビタミンCも多く含んでいます。ビタミンCは熱に弱い栄養素ですが、果物のビタミンCは加熱に守られているため、加熱しても壊れていきません。その他、高血圧予防に効果のあるカリウムや、整腸効果のある食物繊維も含まれています。また、脂質が少しいので、コレステロール対策にも向いた食べ物には、栄養がたっぷり含まれています。積極的に食べて下さいね!!

ポリリンプラチナホワイトニング

10/19 (月) ~ 10/23 (金)

大好評のホワイトニング! 興味のある方は受付まで! 白い歯、健康な口元は、若々しく美しい印象を与えます!

ホワイトニングに優れた効果を発揮する「短鎖分断ポリリン酸」は、①歯の表面に付着したステイン(茶シブやタバコヤニなど)に近づくと、②汚れを浮かせて剥がし、③表面をきれいにすると同時に、④歯の表面をコーティングすることにより歯質を強化・ステインの再付着を防止する働きをもちます。

※図はイメージです

りっちゃんのピースでちょこっと話

皆さんこんにちは! 今月は、サルのピースモチーフを作りました。

日本のサルは群れを作って生活します。その中に一番強いボスがいます。サルはだいたい暖かい場所に住んでいます。温泉に浸かっているニホンザルが外国人に人気です。一番大きなサルの仲間はゴリラです。ゴリラは大きいですが、草食動物です。

白水会大集結!

9/12(土) 札幌パークホテルで行われた、22年勤務されました大先輩の送別会へ出席してきました。笑いあり涙ありでとても有意義な時間を過ごすことができました! 藤原さん長い間お疲れさまでした!!

DH下村のちょっといい話

Health begins with your teeth
 有名な、ロバート・マックスウェル氏の言葉に、~健康は歯から~
 「目には目を、歯には歯を」があります
 これを英語では
 「An eye for an eye a tooth for a tooth」といいます。
 他にも英語で「歯におわるおもしろい表現がいろいろあります」
 「tooth and nail」直訳すれば「歯と爪」ですが、「これぞ」「カーブ」という意味になります。日本語にも「歯をくいしばる」という言い方がありますが、爪を立て、歯を噛みしめることは洋の東西を問わず、体にかまみよ「させること」
 「pull teeth」を直訳すると「歯を引く根こそぎ」
 であり、これは、「武器を奪う」つまり「骨抜きにしよう」という意味に転じます。では、歯がなくなったら?
 「歯がふいに」つまり「非力」をさうならないためには「To the teeth」直訳すれば「歯に至るまで」、つまり「完璧に」
 お口の健康は完璧に。
 毎日の「ブラッシング」お口の健康を→めします。

かみかみ マイコの歯っぴ〜掲示板

乳歯の虫歯4つの景影響

1. 永久歯が虫歯になりやすい
 乳歯の虫歯を放置して、進行し続けると歯の根、つまり歯の根まで到達し、根まで到達した時点で虫歯は膿みとなって溜まります。
 永久歯は乳歯の真下に作られて成長し、生えて出てきますが、その永久歯は溜まった膿みを通して生えてくるため生えた頃から虫歯の菌を持った状態になるのです。その結果、永久歯が虫歯になりやすくなってしまいます。