



発行日 H29.8.1

Dr. ニューズ

「全道歯科医師ゴルフ大会」

7月16日(日)に札幌国際カントリークラブ島松コースで行われました、第50回全道歯科医師ゴルフ大会に参加して来ました。一昨年に続く2回目の参加で、前回は初出場ながらNET66というビッグスコアで優勝した大会で、今年も張り切って参加して来ました。今年は全く見せ場もなく、下から数えた方が早い成績でした(笑)。しかしながら、北海道中から数百人の先生方が集まり、久しぶりにお会いする先生もいて、沢山の先生と交流できてよかったです。



カムカム マイコの歯ッピ〜掲示板

TCH 歯列接触癖による
症状が悪化する事と対策

症状が悪化すると...

- ・冠のヒビ
- ・歯と歯ぐきの境目がえぐれる
- ・歯の一部や外がせもの外割れる・欠ける
- ・歯のつめものかどれる
- ・かみせもの冠に穴が開く
- ・歯の根が割れる
- ・歯が重く
- ・歯並びの舌しれ など

対策として...

ナイトガードと咬ばれる、マウスピースを
作製し、上の歯に装着します。
歯ぎしりが激しい方は数ヶ月〜数年程度で
磨耗により破けてきますが、歯や顎の関節を
保護できます。



かみせに
穴があいている



(TCHの影響)
おし歯はない
のに歯が欠けて
しまいました

今日は「パンダの口」について紹介します！！

歯の本数
上下で42本
※人は28本

奥歯の大きさは
人間の7倍！
竹をバリバリとかみ砕
いて食べるのに便利

唇は黒くて厚い
そのため正面から見ると
笑ったような口元に！



☆プチ情報☆

6月に5年ぶりに上野動物園で赤ちゃんパンダが誕生しましたね☆順調にいけば、12月頃に一般公開されるそうです！

須藤

漁師の娘の良歯ごはん

8月は「ウニ」料理の紹介です

ウニには豊富なビタミン、タンパク質と脂質、EPAの他、鉄分やカルシウムも多く含んでいます。こころは貧血を防ぎ骨・歯の強化、免疫力アップのため、妊婦さんとおなかの赤ちゃんの健全な発育のためにはたいへん有効な栄養素です。

〈生ウニのクリームパスタ〉

★材料(2人分)	・生クリーム	... 150cc	
・パスタ	... 200g	・牛乳	... 50cc
・ウニ	... 大3	・濃口醤油	... 大1.5
・オリーブオイル	... 大1	・粉チーズ	... 大2
・ニンニク	... 1/2片	・卵黄	... 1個
・新玉ねぎ	... 1/2個	・刻み海苔	... 少々

1. ウニは食前用に少しだけ塊で残しておきます。玉ねぎは薄切り。ニンニクはみじんぎりにします。
 2. フライパンを熱しオリーブオイルを入れニンニク、玉ねぎをじっくりするまで焦げないように炒めます。
 3. 牛乳、生クリームを入れて一煮立ちさせたら弱火にして濃口醤油、ウニをほぐして入れて、沸騰する前に火を止めます。
 4. パスタを袋に記載の茹で時間の1分短い時間で茹でます。茹で汁を大さじ2杯ほどとっておきソースに加えます。
 5. 茹でたパスタをソースのフライパンに入れ、卵黄、粉チーズを入れて火にかけながら素早く和えます。
 6. 温めた器にもり、刻み海苔、ウニを散らして完成です。
- ※ 卵黄、粉チーズを加えてから素早く混ぜ合わせて下さい

カムカム夏祭り

8/19(土) AM10:00~
開催します！お楽しみに♪

お盆の休診のお知らせ

8/11(金)~8/15(火)
とさせていただきます☆

寿都神社祭

今年は天候に恵まれた寿都神社祭！皆さんから
元気を頂きました♪暑い中、お疲れ様でした♪

