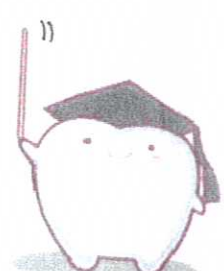
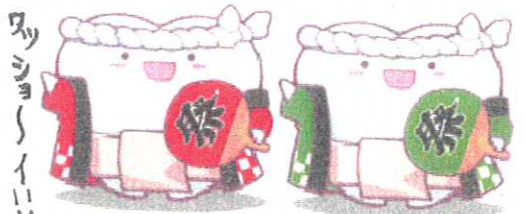




衛生士 浦晃子の
ちびとためになる歯のお話



ひやくだ"ニュース



～ 歯のすき間の救済主! 歯間ブラシ

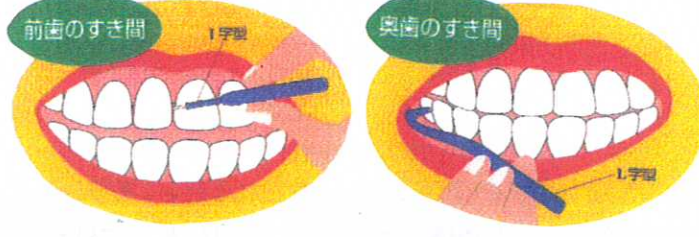
よく磨いたつもりでも、歯間部は磨き残しが多く、大部分に歯垢(プラーク)が残っています。歯周病の主な原因は、まさにその歯垢なのです。歯垢に、何種類もの細菌が集まり、糖分からネバネバした物質を作りバイオフィルムと呼ばれる細菌の巣を作ります。「歯垢」と歯垢が石灰化してできる「歯石」は、歯肉の炎症を引き起こし、徐々に歯周ポケットを広げ、歯槽骨まで壊してしまいます。

そんな時、歯間ブラシがオススメです!

歯間ブラシには、I字型とL字型があり、前歯はどちらのタイプも使えます。奥歯やブリッジの裏側などの磨きにくい部分にはL字型が適しています。挿入した際に、さほど抵抗なくスムーズに動かせるものを選びましょう。歯間の状態がまちまちの時は、いくつかのサイズを使い分けて下さい!

| サイズ | 最小通過径 (mm) | 歯のすき間 |
|---------|------------|---------|
| 1 (SSS) | ~0.8 | 狭い |
| 2 (SS) | 0.8~1.0 | ↓ 広い |
| 3 (S) | 1.0~1.2 | |
| 4 (M) | 1.2~1.5 | |
| 5 (L) | 1.5~1.8 | |

通常のハミガキに加えて歯間ブラシを使用すると、歯垢除去率や歯肉炎の改善率がグンと高まります!!



7月6日に、八幡小学校の1~4年生を対象に、ブラッシング指導へ行ってきました! 1,2年17名、3,4年11名と少人数でしたが、みんな元気いっぱい! 笑顔が素敵なお子様達♡

指導の時間帯が給食前という事もあって、指導した後すぐ食事...というのもしりませんでしたが、台詞忘れないうちにすぐおさらいが出来たのでは!? と、い事で(笑) みんな、ポイントを押さえて、上手に磨ける様になったかな...。1日3回のハミガキをしっかり! 「八幡っ子は虫歯が0!!」になる事を期待しています♡



↓ 1,2年生 // さいごは、みんなそろって記念写真! ハン、チーズ回々 // ↓ 3,4年生



ポイントラッパ
ブラッシング
がっました!!



大谷 仁子ちゃん

小さい頃からずっと剣道をしている元張り屋の仁子ちゃん! 3つ下の妹、藍子ちゃんとも仲良しで、良きお姉さんです♡ 毎月1回、おばあちゃんと妹と3人で キッチン検診に来てくれています。これからまた続けてね♡♡

10ポイント
キリッパ
ゲット!!



豊永 弘和さん

たまに、バイクで さっそうと来院の豊永さん♡ ホイントラーの説明をした日から、「電動ハブラシゲット!!」を目標に元張り屋で来られました。そして遂に目標達成~♡ かなりの嬉しさに(?)院長と、一語に記念撮影となりました!

15ポイント
電動ハブラシ
ゲット!!

山田友美の 子育て日記



おが家のアイドル編

蒸し暑い季節になりましたねえ...。子供達の、毎日のシャワーに悪戦苦闘の日々でしたが、プールが始まる前に!! と思い、長女 奏は長かった髪をバツサリ! と切りました。

AKB48のマリコ様ハッピーにしちゃいました(笑) 切る寸前までお姉さん、美容室のお姉さんに、「AKBっぽくしようか♡♡」と言われ、奏はニヤリッ♡自分でも、マリコ様になりきってます♡ AKBパワー、恐るべし!! 車の中でも、お姉様でノリノリでAKBを熱唱してます。奏、響で、目指せ! 未来のAKB(0^v^0)!



マリコ様... 奏ちゃん

↑ 妹 響ちゃん