

ハート歯科通信



平成30年10月【神無月号】

木々の葉の色が変わり始め、秋の訪れも目に見えてわかるようになってきました。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋…楽しみの多い季節ですね♪

【DAコーナー】～歯科助手より～

みなさんは普段の歯磨きで“補助用具”を使っていますか？



歯科助手の
立川目です！

実は歯ブラシだけのお掃除では、どれだけ頑張って磨いても汚れは6,7割しか落とせないとされています。フロスや歯間ブラシを使うことによってはじめて9割ほどの汚れを落とすことができるので、いかに歯と歯の間に汚れが残りにやすいかが分かりますね！補助用具の使い方などがありましたらお気軽にご相談ください。

【DHコーナー】～歯科衛生士より～

こんにちは。今月は「キシリトール」についてお話をします。

「キシリトールって知ってる？」と聞くと、ほとんどの人から「ガム～」って答えが返ってきます。確かに「キシリトール」ってそのまま商品に名前が付いていますからそう思われがちなのですが、実はシラカバやカシなどの樹木からとれる天然の甘味料です。生産国は主にフィンランドです。

私たちが普段から食べているフルーツや野菜にも含まれている成分で、厚生労働省や国際的会合JECFAでも認められている安全性の高い素材です。

キシリトールの主な作用

- むし菌に直接働きかけ、菌を弱らせ減少させること。
 - 糖分は歯を溶かす酸を作り出しますが、キシリトールは酸を全く作らせない。
 - 摂取し続ける事で、1年後にはむし菌の数が半分以下、更に2年後は4分の1まで減少する。
 - 妊婦さんにもオススメ！！妊娠6か月から13か月食べ続けた研究で、生後1歳のお口にむし菌がいた子供は、食べていないお母さんの子供に比べ菌が4分の1以下でした。
- 1日5～10gが目安で、わかりやすく言うとキシリトール100%入りガムなら毎食後3回、3粒ずつを噛むのが効果的です！



歯科衛生士の
工藤です！



【矯正・外科診療日のお知らせ】※受付で予約をお願いします！

矯正歯科診療日 齋藤晶子先生	歯科口腔外科診療日 市ノ川義美先生
10月4日(木)9:30～13:30 7日(日)9:30～18:00	10月20日(土)9:30～13:30
11月8日(木)9:30～13:30 11日(日)9:30～18:00	11月17日(土)9:30～13:30

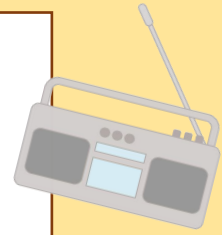
院長先生のお誕生日を
みんなでお祝い
しました！☆

【理事長先生出演ラジオのお知らせ】

理事長先生によるラジオ『鎌倉 FM シーサイドステーション』が毎週水曜日午前10:48～11:00に
歯の相談コーナーのパーソナリティーとして出演しております！

10月のお話はこちら！

- 口腔粘膜疾患（10月3日）
- 訪問歯科の現状（10月10日）
- 口腔癌（10月17日）
- 歯科医院の選び方（10月24日）



鎌倉 FM: 82.8MHz
出演中！！



【診療時間のお知らせ】

当院診療時間は下記です。ご予約の際は0467-47-4618までご連絡下さい。

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:30		●	/	●	●	/	●	●
15:00～19:00		●	/	●	●	/	/	●

休診日: 火・金曜日 ※日曜・祝日は18:00までの診療です。

【当院へのアクセス】

住所：〒247-0056

神奈川県鎌倉市大船2-25-2セルージュ鎌倉大船1F

電話番号：0467-47-4618

最寄駅：JR 東海道線・JR 京浜東北線・JR 横須賀線

湘南モノレール『大船駅』から徒歩6分

※お車の場合は下記駐車場を使ってください

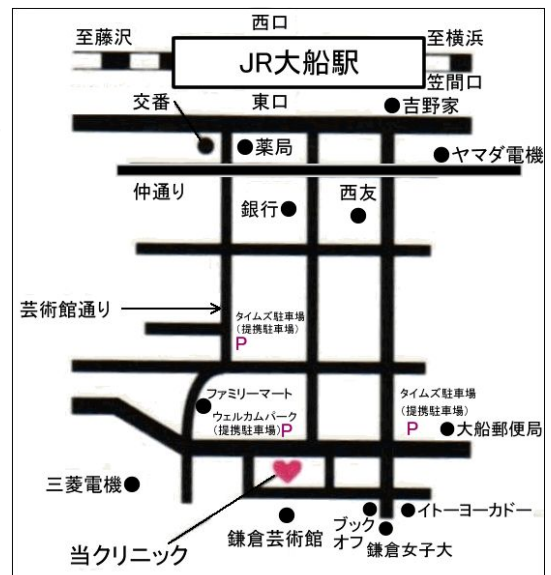
■ 当院裏側の駐車場（当院入口とは反対側）

⇒ 1台分の駐車無料スペースとなります

■ ウェルカムパーク（道路挟んで向かい側）

⇒ 1時間分の割引コインをお渡しします

■ タイムズ駐車場（大船郵便局隣）⇒ 20分の割引チケット1枚お渡しします



医療法人東歯会
鎌倉ハート歯科クリニック

Medical Corporation Toshi-kai
Kamakura Heart Dental Clinic since 2005

<http://www.kamakuraheart.com/>

