



こんにちは、歯科衛生士の上村です♪

歯医者さんが薦める**フッ素**。子どもだけではなく、**大人にも重要**とご存知でしたか？

フッ素にはむし歯の原因菌の働きを弱め、歯から溶け出したカルシウムやリンの再石灰化を促進し、歯の表面を強化してむし歯になりにくくする働きがあります。

今回、当院で使用している**虫歯予防専門の歯磨き粉**についてご紹介します！

虫歯になりやすい方におすすめ



チェックアップ スタンダード 550円+税

フッ素1450ppm

毎日の歯磨きに！毎食後にご使用ください。
フッ素が口腔内にすみずみまで広がりやすいソフトペーストで歯や歯肉に優しい低研磨性です。また、泡立ちが少なく、優しい香味なので、少量の水ですすげます。

薬用成分：フッ化ナトリウム

根面が露出した口腔内におすすめ



チェックアップ ルートケア 850円+税

フッ素1450ppm

歯茎が退縮し、歯の根の部分が露出してくると、そこに虫歯ができることがあります。この虫歯を「根面う蝕」といい、歳をとる毎に増加する傾向があります。根面う蝕は発見しにくく、治療が難しいため、歯を失うことにもなりかねません。

薬用成分：フッ化ナトリウム・硝酸カルシウム、塩化セチルピリジニウム(CPC)



[ppm]って？ フッ素の濃度を表す単位で、100ppmは1g中に1mgのフッ素が配合されていることを示します。

子ども用う蝕予防ハミガキの定番！

チェックアップ kodomo 250円+税



フッ素950ppm

ソフトペースト、低研磨のため歯や歯茎に優しく、低発砲、低香味でお子様にも好まれる3つの香味とかわいいキャラクターを採用。ブラッシングの習慣の育成をサポートします。

ポイント 正しい使用方法

- ① 右写真を参考に歯ブラシにペーストをのせる。
- ② お口の中をしっかりとブラッシング
- ③ ブラッシング後、軽く吐き出し、洗口は1回だけ



+

う蝕ハイリスクの方にプラスα

※チェックアップkodomoとの併用をオススメしています

チェックアップ gel 580円+税



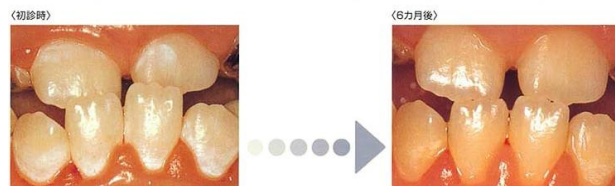
500ppm
5歳未満

950ppm
6才～

1450ppm
大人の方

ブラッシング後に歯ブラシで塗布します。フッ素効果を持続させるためにその後**30分はうがいはしない**様にしてください。

ポイント フッ素の効果って？



左の写真は**ホワイトスポット**と言い**初期虫歯**の状態です。**毎日の正しいブラッシングとフッ素配合歯磨剤、食事のコントロール**でこの初期虫歯は改善されます。

自分にあった歯磨き粉をお探しの方は
当院の歯科衛生士に気軽に尋ねてくださいね！



旅日記 in ソウル



こんにちは、村上です。先日宮部さんと韓国(ソウル)に行って来ました。今回は旅先で出会った美味しい韓国の食べ物をご紹介します。

韓国といえばなんといっても焼肉です。ホテルに到着後、美味しいと評判のお店にGO！行列と聞いていましたが、運良くすぐに店内へ。サムギョプサル(豚肉の三枚肉)とモツサル(豚首肉)を注文。



before



after

かたまりのお肉をお店の方が一口サイズにハサミでカットして焼いてくれます。塩や、わさびで食べたり、キムチと一緒に野菜で巻いていただきます。ジューシーでとっても美味しかったですヨ！



ムラカミ (私)



ミヤベ (宮部さん)



マシッヨ〜 (おいしい〜)



翌日は広蔵市場(カンジャンシジャン)の屋台で朝食 ピンデトツ(石臼で挽いた緑豆と具と一緒に揚げ焼きにしたもので外はカリツと中はふわつとしていて玉ねぎのたれをつけて食べます。このタレが旨い!)やキンパツ(韓国風のり巻きで、ゴマの風味が利いています)をいただきました。屋台にはたくさんのお店が並んでいてどのお店もそれぞれのオモニの味があるそうです。



빈데떡(ピンデトツ)



김밥(キンパ)



たくさんの人でにぎわう
広蔵市場

そして観光やショッピングの合間には伝統茶を。

私達は五味子茶(五味子という木の实のお茶でデトックスや美肌、リラックス効果あり)を韓国のお菓子と一緒にいただきました。



오미자차(オミジャチャ)

夕食は初めて食べるカンジャンケジャン(生のカニの醤油漬け)。食べ方はカニの身をしごいて



간장게장 (カンジャンケジャン)

ご飯の上へのせ、タレを少しかけて混ぜ、海苔に巻いてぱくっと一口♪韓国ではご飯泥棒と呼ばれているほどご飯に合う味わいです。

初の二人旅は、私達のあとから、長い行列ができたリ、カニがsoldoutになったり、道に迷ったら救世主が現れたり、とにかくラッキーな旅となりました。韓国は、本当にたくさん美味しいものがあります。行かれる方はぜひ参考にして下さいネ！

年末年始休診のお知らせ

2017年12月				2018年1月			
28	29	30	31	1	2	3	4
木	金	土	日	月	火	水	木
午前のみ	休診						通常診療



年末・年始は12月29日(金)から1月3日(水)はお休みとさせていただきます。1月4日(木)からは通常診療しております。ご迷惑をおかけして誠に申し訳ございませんが、ご理解の程よろしくお願いたします。新しい年が皆様にとって良い年になりますように心よりお祈り申し上げます。