

2010年 10月号
Happy Halloween
しみ伝

Trick or
treat!

免疫力UP↑キャンペーン実施中!

そろそろインフルエンザが流行り始める時期ですね (x__x) そこで…
現在ご好評頂いている乳酸菌サプリメント『ラクデント』を、**¥3500**
から**¥3200**に値下げする、**免疫力UPキャンペーン**を行います! 免疫力
が下がり、風邪をひきやすくなるこの時期にとってもおすすめです☆

知りたい!

ラクデントの効果



ラクデントって?

「HK-LP」という乳酸菌を加熱処理した菌体を配合した
健康補助食品です♪

どんな効果があるの?

①なんといっても免疫力UP↑★

⇒インフルエンザ予防 受験対策にとっても効果的!

歯周病予防効果もあり。

②アレルギー抑制

⇒花粉症予防 アトピーにも効果あり*

③お肌の乾燥

⇒ヒアルロン酸産生能を高め、お肌にうるおいを♪

④抗腫瘍効果もあり

⇒発ガン抑制の効果も期待できます。

詳しくは当医院のスタッフにお尋ねください。

パソコンでも検索できます♪ 検索は へ。

虫歯連載
その4

虫歯にならないためのホームケア☆

ちゃんと毎日歯みがきをしているつもりなのに、なぜか虫歯になってしまう…と悩んでいる方はたくさんいらっしゃると思います。

みなさんはハブラシ以外になにか使っていますか? 実は、ハブラシ1本だけでは100%歯垢を落とすのはほとんど不可能なのです (U×U) ハブラシだけでは歯垢を約60%しか落とせないのですが、補助的清掃用具をプラスすることで約80%まできれいにするすることができます。80%まで落とすことができると、虫歯のリスクを減らすことができると言われています。そこで、すぐに取り入れられるホームケアの方法をお教えします☆みなさんもプラスαのケアをしてみませんか? (^o^)

デンタルフロス

歯垢(プラーク)除去率No.1



デンタルフロスは、歯と歯の間と隣接面(歯と歯が接触している部分)の汚れをきれいに落とすことができます。

糸ようじ

デンタルフロスをうまく使えない人に



デンタルフロスに柄がついているタイプ。
小さなお子さまにも使いやすいです*
当院ではY字の糸ようじがおすすめです!

歯間ブラシ

歯と歯の間が空いている人におすすめ



色々なサイズがあるのですが、サイズが小さすぎるととんと歯垢を落とせません。大きすぎると歯茎を傷つけてしまいます。歯医者さんでサイズをみてもらうことをおすすめします☆



しみデンスタッフ日記リレー



こんにちは。本院の歯科衛生士の鈴木です。
 やっと暑〜い夏が過ぎ、過ごしやすい季節になりましたね。
 秋といえばやっぱり食欲の秋♪ですよ。



食べる事が大好きな私。
 先日友人たちで行った心も体も満足なカフェを紹介したいと思います。
 さいたま市の南区にあるカフェ『のら』は「食べる」は「生きる」の重大事。「カラダとココロのおいしいご飯」をテーマに、地元の有機栽培野菜やオーガニック食品を使ったヘルシーなご飯屋さんです。私が食べたメニューは魚のプレート。どのメニューも野菜がいっぱいでとても美味しく頂きました。友人が食べていた野菜がゴロゴロ入ったパスタも美味しそう。と思いながら、顎の発達にもよさそうだな、と思いました。最近の子供たちは顎が小さめですよ。現代の食生活は柔らかい物が多くなり咬む回数が減った為、顎が小さくなってきました。きれいに歯が並ぶためには、良く噛んで食事をする事で顎を刺激して成長を促すことが大切です！

そしてこちらのカフェでは子育てサロンやベビーヨガなども行って子育て中のママたちの強い味方でもあります。
 地域の方々に食の大切さや健康づくり、子育てを応援してくれる場所、とても素敵ですよ。

しみデンもそんな場所でありたいと思います！
 お座敷もあるので小さいお子さんがいても安心☆ぜひ足を運んでみてくださいね♪

さいたま市南区鹿手袋 7-3-2
 048-607-3007
<http://healthycafe-nora.com>



10月の診療予定



	月	火	水	木	金	土
西口	清水 最上	清水 中西	佐藤 榎本	最上	最上	佐藤
東口	佐藤	佐藤	清水 戸原	佐藤	清水	清水 榎本



10月の診療インフォメーション



西口 矯正診療日

2日(土)、17日(日) 一般矯正 (Dr.清水佳子) 診療致します。

東口 口腔外科診療日

14日(木) 午前中のみ Dr.茂木口腔外科診療致します。

東口 院長休診日

16日(土)、23日(土)、30日(土)
 院長セミナーのため休診致します。
 (Dr.榎本は通常通り診療致します。)

