

寿都歯科は寿都高校野球部を応援しています！

今年も寿都高校野球部に差し入れを持って行き、さらに秋季大会の応援にも行ってきました。残念ながら敗れましたが、9人ながらも強豪相手にひたむきに頑張る姿は、見ていて非常に気持ちのよいものでした。これからも是非頑張ってくださいと思います。頑張れ！寿高野球部！！



ポリリンプラチナホワイトニング
10/19 (月) ~ 10/23 (金)
 大好評のホワイトニング！興味のある方は受付まで！
 白い歯、健康な口元は、若々しく美しい印象を与えます！



白水会大集結！

9/12(土)札幌パークホテルで行われた、22年勤務されました大先輩の送別会へ出席してきました。笑いあり涙ありでとても有意義な時間を過ごすことができました！藤原さん長い間お疲れさまでした！！



かみかみ マイコの歯っぴ〜掲示板

乳歯の虫歯4つの景影響

1. 永久歯が虫歯になりやすい
 乳歯の虫歯を放置して、進行し続けると歯の根、つまり歯の根っこまで到達し、根っこが腐ります。

永久歯は乳歯の真下に作られて成長し、生えて出てきますが、その永久歯は溜まった膿が通って生えてくるため生えた頃から虫歯の菌を持った状態になるのです。その結果、永久歯が虫歯になりやすくなってしまいます。

栄養士田中の栄養講座

こんにちは！田中です！今回は秋の味覚の話をします。果は栄養が豊富で少量でも様々な栄養素をバランスよく摂取することができます。

Q ビタミンB1
 果に多く含まれているのはビタミンB1です。エネルギー生産に必須の栄養素です。

Q ビタミンC
 果はビタミンCも多く含んでいます。ビタミンCは熱に弱い栄養素ですが、果のビタミンCは果皮に守られているため加熱しても壊れていきません。その他、高血圧予防に効果のあるカリウムや、整腸効果のある食物繊維も含まれています。また脂質が少しいのでダイエット効果も期待できます。旬の食べ物には栄養がたっぷり含まれています。積極的に食べてください！！

りっちゃんのピースでちょこっと話

皆さんこんにちは！今月は、サルのピースモチーフを作りました。

日本のサルは群れを作って生活します。その中に一番強いボスがいます。サルはだいたい暖かい場所に住んでいます。温泉に浸かっているニホンザルが外国人に人気です。一番大きなサルの仲間はゴリラです。ゴリラは大きいですが、草食動物です。

DH下村のちょっといい話

Health begins with your teeth
 有名な、ロバート・マックスウェル氏の言葉に、～健康は歯から～
 「目には目を、歯には歯を」があります。
 これを英語では
 「An eye for an eye a tooth for a tooth」といいます。
 他にも英語で「歯におわるおもしろい表現がいろいろあります」
 「tooth and nail」直訳すれば「歯と爪」ですが、「これぞ」「カーブ」という意味になります。日本語にも「歯を食いしばる」という言い方があります。爪を立て、歯を噛みしめることは洋の東西を問わず、体にかまみよき「させること」
 「pull teeth」を直訳すると「歯を引く根っこ」ですが、これは「武器を奪う」つまり「骨抜きにしよう」という意味に転じます。では、歯がなくなったら？
 「歯がふいに」つまり「非力」さうならないためには「To the teeth」直訳すれば「歯に至るまで」、つまり「完璧に」。
 お口の健康は完璧に。
 毎日の「ブラッシング」お口の健康を→めします。