

# いのうえ歯科医院のスマイルNEWS!!! Vol.94

— 新年度のはじまりですね!! —

住所 帯広市西9条南2丁目12-2

電話 0155-25-6480

メールアドレス [info@inoue-dental.jp](mailto:info@inoue-dental.jp)

ホームページ <http://www.inoue-dental.jp>

皆さん、こんにちは。院長の井上です。

四月に入り、やっと暖かくなりましたね。四月といえば、私も三日で五十歳になりました。フェイスブック（FB）という、インターネットで交流ができる世界的なコミュニティがあるのですが、日本でも多くの方が利用しています。ケータイで言えば、ラインでしようか？もし、この二つが分からなく、聞いたこともなければ、少し時代に乗り遅れていますよ（笑）

私のFBに、毎朝、朝の独り言☆というかたちでテーマを決めて投稿をしています。例えば、才能とは努力である・・・人間なら誰もが必ず才能を持っています。どんなに人にも才能は与えられているのです。万人に平等に公平に与えられている才能・・・それは、「努力」です。などの流れで千文字程度書いています。毎日、千名以上の方が読み、百五十名近い方が、コメントを下さっています。毎日投稿していますので、誕生日には全国の読者から、千五百名以上の「いいね」や三百以上のコメントやメッセージを頂きました。また、スタッフからも写真付きバースデーケーキとお花、言葉を添えたアルバムを頂きました。そのアルバムが実に素晴らしく、そのセンスと質の高さに感動しました。今度、受付のフォトアルバムにも入れておきますので、是非ご覧ください。

さて、診療に関しては、今ホワイトニングを30%値引きにしています。やはり歯が白いの、清潔感や審美的にもすごく違いますので、お薦めします。

また、現在口臭予防も含めた治療プログラムを開発しています。全国展開ですが、いのうえ歯科医院が中心的な病院になります。皆様には、いち早くご紹介させて頂きますね。では、今月も宜しくお願いします。

## ◆ ◆ 歯科の豆知識 ◆ ◆

今回は歯の寿命とブラークについてです。歯の寿命、あなたの歯が抜けるまでの平均的寿命は実は明らかになっていきます。そのデータと、ブラークのたまりやすいところを比較すると歯の寿命とブラークの関係が見えてきます。歯の寿命は、前歯と奥歯では最大で十六年も差があり、ブラークのたまりやすいところは歯の寿命の短い奥歯と一致しています。歯を失う原因のほとんどは、ブラークが原因である虫歯と歯周病です。では、どうすればよいか？いつもの歯ブラシに歯間ブラシやフロスを追加したり、歯科でのクリーニングで予防できます。歯並びや治療後お口の状態は人によって違います。どのような歯ブラシや磨き方が良いか、メンテナンスやクリーニングの際に衛生士にご相談ください。

住友

## ○ ● スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは、助手の木村です。

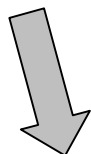
暖かくなってきましたね！雪もほとんどなくなり、大分春らしくなってきました。

これからは、外でのイベントが増えてきますので楽しみですね！パラグライダーやキャンプ、バーベキューなどやりたいことがたくさんあります！桜など、草花も咲いてきますね！今から少しずつ計画を立てて準備をしていこうと思っています！笑

昼間は暖かくても、夜は気温が下がって寒いので、風も冷たく、気を抜くと体調を崩してしまいますのでご注意ください。

木村

◎ 勤務医からの一言：こんにちは、勤務医の住友です。徐々に暖かさを増し、春の訪れを感じています。暖かくなってくると気分も高揚しますね。季節の変わり目は気温の変動も大きく、体調を崩される方もいらっしゃると思います。私自身は体調の維持に温泉を活用しています。温泉やサウナは血行を良くして身体を温め、ストレスの解消や疲労回復を助けてくれます。帯広では利用法や効能を説明してくれているところもあり、勉強になります。皆さんも是非！！



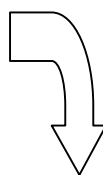
悲しみも、喜びも、感動も、落胆も

つねに素直に味わうことが大事だ。

本田宗一郎



重要です



歯を大切にすることは心つよいひと