

くすくす新聞



12月に入りましたね。今年、皆さんはどんな年でしたか？良かった方も悪かった方も来年はより良い1年になると良いですね。



< 口元の大切さ >

お口の機能には、口呼吸をする・話す・食べるなど様々な機能があります。

また口元はその人を印象づける大切さがそなわっています。あるコラムに

オバマ大統領と安倍首相の口元・歯並びの差がそのまま国の差に表われていると書いてありました。

ぜひ2人の口元に注目してみてください。相手との対話で大切なのは『目』と

『口元』です。より良い印象を与えるためにも歯科の定期検診をおすすめします。



日	月	火	水	木	金	土
					6:00～12:00	2
4 休診日	5	6	7 11:30～14:00	8	9	10
11 休診日	12	13	14	15	16:00～14:30	17
18 休診日	19	20	21	22	23 休診日	24
25 休診日	26	27	28	29 午前診療	30 休診日	31 休診日



いきなりですが皆さんは1日に何回歯を磨いていますか？診療をしていて「何回、磨いたらいいですか？」と聞かれることがあります。理想は毎食後、1日3回磨くことです。しかし適当に3回磨くのでは意味がありません。そこで歯みがきをするときのポイントも2つお話します。

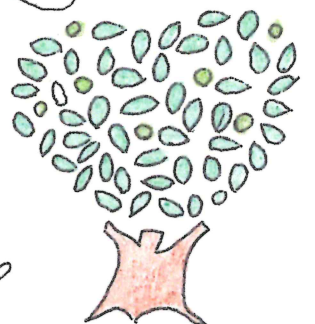
< 歯と歯の間の汚れについて >

。この汚れは歯ブラシだけでは落とせない
ので、テトラフルロスや歯間ブラシの使用を
オススメします。最初は大変だと思いますが
使うとスッキリして気持ちが良いので1日1回は
お掃除を心がけましょう。

< 歯と歯ぐきの境目について >

。歯ブラシを歯肉のちに傾けても先が歯と
歯ぐきの境目に当たっていることを
確認しながら磨きましょう。
時間をかけて丁寧に
磨いてみてくださいね。

Merry Christmas



お問い合わせ先
くすのき歯科・久高正歯科
〒371-0852
前橋市鞆社町鞆社1135-1
TEL: 027-226-1243
HP: <http://kusunoki-shika.jp>