

くすくす新聞

Vol. 25 7月号

お問い合わせ先
くすのき歯科・矯正歯科
〒371-0852
前橋市総社町総社 1135-1
027-226-1243
http://kusunoki-sika.jp



湿度の高いこの季節、体もだるくなったりと
体調管理が大変ですね。

今年は早い梅雨明けが予想されるので夏がながくなりそうです。
こまめな水分補給をお忘れなく。

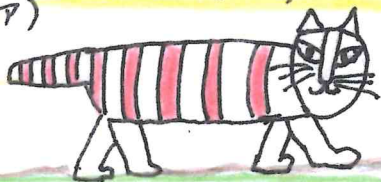
自覚症状がでたときは重症化?!

知らぬ間に進行していく歯周病

歯について汚れ(プラーク)が落としきれないと
どんどん汚れが蓄積され、やがて歯石となり
はかたくなって歯の表面だけでなく歯茎の中まで入り
込み悪さをしていきます。歯周病菌は暗く、じめ
じめしたところを好むので歯茎の中がとて居心地
が良く、どんどん増殖し歯を支える骨を破壊
します。すると、支える土台がなくなった歯はグラついてし
まうのです。ちゃんと噛むことができなくなり食べる楽しみ
も奪われ、ついには歯も抜けてしまいます。

日頃から正しいブラッシングやフロスを使いセルフケアすることと、

自分では落としきれない汚れもある為定期的に
歯科にかかることが予防のカギに
なります。(プロケア)

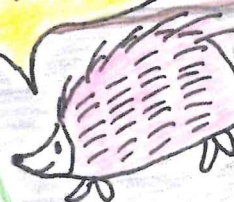


歯周ポケットの
なかには細菌が
たまりやすくケア
ができていないと
歯周病が進行
してしまいます。



大地に生える木を見たとき
あなたはどこに軸を感じ
ますか? きっとほとんどの
人が木の幹の部分に軸
を感じるでしょう。
しかし、それは表面だけの
見方です。木は幹がしっかり
しているから立っているわけ
なく大地の中にしっかりと根
を張っているから立っている
のです。

歯も見えない根、この部分が
健康であることが大切
なんだね



ちょっと限界を超えて物事を頑張る大事さについて

これは子供が通っている塾の先生から聞いた話になりますが、自分にとってキツイことをしなれば
ならないことを証明する計算をお見せします。

① $1.01^{365} = 37.7834...$ ② $1^{365} = 1$ ③ $0.99^{365} = 0.025517...$

これは今の自分の勉強の限界を「1」として、

- ① 限界より0.01だけ超えて頑張って勉強を365日続けた場合
 - ② 今の限界の「1」までしか勉強しなかったのを365日続けた場合
 - ③ 余裕を持って限界より0.01だけ少ない勉強を365日続けた場合
- の簡単な計算です。毎日今の限界より0.01頑張るだけで
1年後には今の37倍も能力が付くのに今の限界で止めていると
全く成長せず、たった0.01手を抜いただけで今より能力が下がっ
てしまうそうです! 全ての人に当てはまるとは限りませんが参考に
してみてください。

2017. 7

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休診日	3	4	5 11:30~ 14:00(休)	6	7	8
9 休診日	10	11	12	13	14	15
16 休診日	17 休診日	18	19	20	21 12:00~ 14:30(休)	22
23 休診日	24	25	26	27	28	29
30 休診日	31					