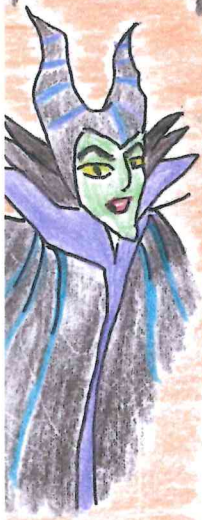


# くすくす新聞

令和2年  
10月号  
Vol.64

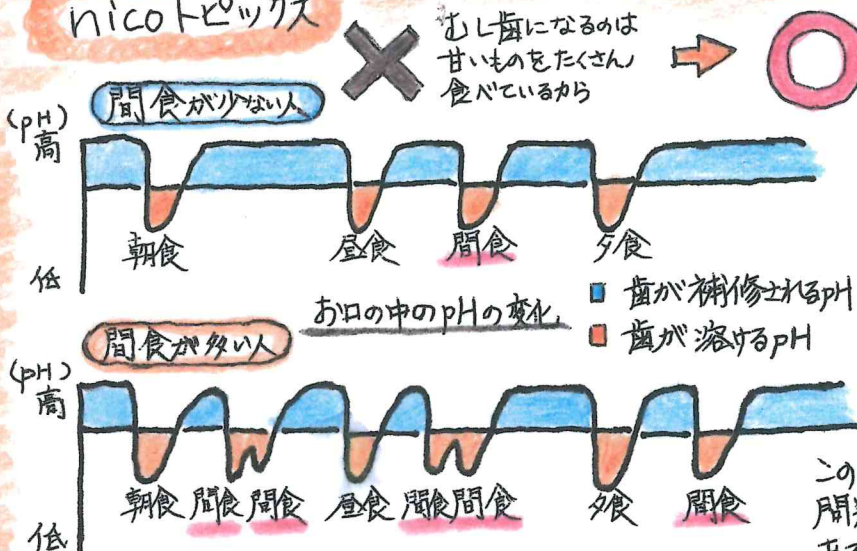


新型コロナウイルスの流行で おうち時間が増えた方、多いですよね..  
新しい価値観が生まれ出され、働き方やライフスタイルが見直されています。  
そんな中、私たちは 日常 どんな気持ちをもって過ごせば良いのでしょうか？  
『正しく恐れ、自分のやるべきことを一日一日しっかりやるべし』  
人に優しく謙虚に生きる。～施されたら返し返す、恩返しです～  
価値観は人それぞれ、本当の豊かさを見出せる社会になると良いですね。

## DH コラム

最近の子供は 生え替わった永久歯が大きいなあと感じている方がいらっしゃるのではないのでしょうか？  
実際に最近の子供の永久歯は昔の子供たちより大きいそうです。その理由は  
— 欧米化により現代の食生活は昔より栄養価が高くなっている — からです。  
歯が収まっている顎の成長にとって固いものを食べ、良く噛むことは大切な事。  
軟らかいものばかり食べていれば 顎の発達に影響がでます。狭くなった顎に歯が収まらず  
歯並びは悪くなっていくのです。歯並びは成長と共に改善される事もありますか、  
矯正によって良くなりますので 疑問や不安がございましたらお気軽にご相談ください。

## ニコトックス



× むし歯になるのは  
甘いものをたくさん  
食べているから



「量」より「食べた」が問題です

甘いものを控えているはずなのにむし歯になってしまう、  
それは甘いものの「食べた」に問題があるのかも  
知れません。飲食後、お口のなかでは細菌の生み  
出す酸や飲食物の酸により歯の成分が溶け出し  
(脱灰)、その後時間をかけて唾液が成分を歯に  
戻していきます。(再石灰化) 溶かす力が戻す力を  
上回る状態が長期間続くとむし歯になります。

この時甘いものの「量」以上に食べる「頻度や時間」が  
問題となります。ひっきりなしに甘いものがお口のなか  
にあると唾液が歯を修復する時間が取れません。  
のびあめを絶えず舐めていたり、ドリンクをチビチビ飲んで  
いたりするとむし歯になりやすいのです。

2020 October

Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

				10/1	2	3
4	5	6	7 11:30~ 14:00	8	9	10
11	12	13	14	15	16 12:00~ 14:30	17
18	19	20	21	22 12:00 ~15:00	23	24
25	26	27	28	29 (休)	30 14:00 ~16:15	31



くすのき歯科、矯正歯科

〒371-0852

前橋市総社町総社135-1

Tel: 027-226-1243

HP: <http://kusunoki-shika.jp>