

# 加藤新聞

## 38号

### なぜ、よい総入れ歯は。ピタリとくっつくの？

よい総入れ歯が、なんの留め具もないのにストンと落ちてこないそのわけを知っていますか？

それは、歯ぐきやあごの粘膜に総入れ歯がピタリと張り付いているからです。

ひとつの理由は唾液にあります。唾液は総入れ歯の義歯床と粘膜のあいだにあつて、いわゆる表面張力によってピタリと入れ歯をくっつけています。そのためお口の中が乾きがちのかたは、入れ歯が外れやすくなります。

もうひとつの理由は、よい入れ歯の縁はやわらかい頬の粘膜におおわれると空気が入り込まないため、入れ歯の義歯床がいわば吸盤のような働きをしてくれるからです。逆に外れやすい入れ歯、動いて痛い入れ歯はピタリとくっつくためのこの吸盤の効果が薄れているのです。合わない総入れ歯でお困りなら、その原因を探って吸盤の効果がある一度生まれるように入れ歯を直すか、あるいは新たに作る必要があります。



### 衛生士桑野さん挨拶

こんにちは。衛生士の桑野です。

今年の夏も暑い日が続きますが、いかがお

過ごしますか？

月日が経つのも早いもので私も今年で三十八になります。

加藤歯科で初めてお世話になったのは二十四歳の時でその後、結婚・子育てを経験し三十五歳の時先生から声を掛けていただきました。またここで働かせてもらうことになりました。

仕事、子育て、家事と毎日忙しかったのですが、若いスタッフと一緒に働くことでたくさんのパワーをもらい、勉強熱心な先生の下で働くことはとても充実していました。仕事への不満は無かったのですが、何か満足していない自分がいて、休日にボランティアとしてホームへ足を運んだりするうちに福祉の世界に興味を持ち、通院できない方々のお口のケアや心のケアがやりたいと強く思うようになりました。

四十歳を目前にしてやっと「目標」が持てたので、より高いスキルを得るために勉強をし、資格を取ることに決めました。

加藤歯科で多くのことを学び、たくさんの方々と出会えた事は私にとって大きな宝物です！

短い間でしたが、先生、スタッフの方々そして患者様に感謝しています。

こんな私ですが、どこかで見かけたら気軽に声を掛けてもらえたら嬉しいです♡

これからも加藤歯科の発展を祈りつつ、「目標」へ向かって私も頑張ります。ありがとうございました。



### 鰹節のはなし

世界広といえども鰹節のような食品は数少

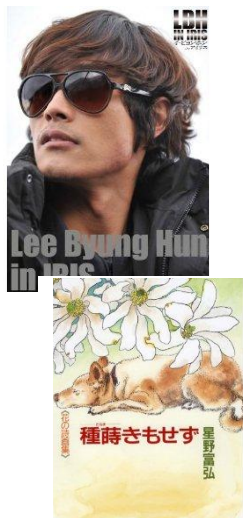
ない珍しいものです。魚を薫蒸乾燥させて

木片のような形状にして保存食としての機能を持たせ、しかもうまみの成分や栄養素である蛋白の含有率を上げることで食品としての栄養価も高くなっています。これは日本人の偉大な知恵の結晶です。鰹節の原料はいまでもなく鰹ですが、鰹が採れない地域では鰹以外の魚を使うこともありま

す。乾燥させることで重量あたりの蛋白含有量が三倍ほどに増え貴重な蛋白供給源となっているほか、和食には欠かすことのできない鰹ダシとして広く日常生活にて愛用されている食材です。旨味の成分はイノシン酸と呼ばれる成分でこれは鰹体内の ATP (アデノシン三リン酸) が分解される過程で作られるものですが、人体に吸収されると細胞の遺伝子を作るための重要な原料となります。若年時にはイノシン酸を肝臓で作る機能も高いのですが、加齢とともにこの能力が低下するため食品として補充することは老化防止のためにも極めて重要なことです。鰹節に含まれるカルノシンというペプチドは抗酸化作用を持つ数少ないアミノ酸であり、疲労回復作用、集中力を維持する働きなど忙しい現代人には欠かせない栄養素の一つです。低脂肪、高タンパク食である鰹節には多くのビタミンやミネラルも含まれるため積極的に食卓に並べておきたい食材です。

### 新刊紹介

待合室に本が増えました



①『イ・ビョンホン in IRIS』

イ・ビョンホン六年ぶりのドラマ主演作品にして、韓国で最高視聴率三十九・九%をたたき出したスパイアクション超大作『IRIS』

イ・ビョンホンの姿を様々な角度から捉えた公式写真集。

イ・ビョンホンの魅力を存分に堪能できる一冊です。

②『種蒔きもせず 星野富弘』

前回の詩画集『花よりも小さく』から六年半ぶりの新詩画集。六十五点の詩画に加え、十八点のエッセイを収録。累計三百万部を超えるシリーズの待望の新詩画集です。

### インプラントに関する本を二冊置いてます。



インプラントについてとてもわかりやすく説明がしてあります。是非ご覧ください。

## コラム

## 作本優子

こんにちは。八月ですね。

八月は夏休みで、九月に入ってすぐテストがあるので、テスト勉強のために少し早めに仕事をあがらせてもらってもらっています。

でも、テスト範囲が全ての教科「全部」なので、何の教科のどこの部分を勉強すればいいのか全くわからず、（えーっと、どの教科からしよっかなー）と考えて一日一日が過ぎてしまい、今日に至っていません。

最近には家に帰るのが早いので話題の【ピラメキーン】がリアルタイムで観ることができるとです。

【ピラメキーン】が好きです。

「ピラピラピラー ピラピラー

ピラピラピラー ピラピラー

困ったな 困ったな 本当に困ったな

ねー ピラメキーン ピラメキーン

解決方法ピラメキーン ピラメキーン

ピラメキーン ピラピラピラー

ピラメキーン ピラメキーン

ピラッピラッピラッピラッ

ピラメキーン ピラメキーン

ピラメキーン ピラメキーン

これで人生ピラメキーン

ピラッピラッピラッピラッ

ピラメキーン ピラメキーン

明るい 明日に

ピラッピラッピラッピラッ

・・・ついつい全部書いてしまいました。

これ、踊りがあるんですけど、それが面白くて踊れるようになっていたいなーって思

いながら観てます。

私、今月誕生日で、二十六歳になります。

いい大人が子供番組【ピラメキーン】を観てわくわくしている姿を想像してください。

・そんな大人がいてもいいじゃないですか。

勉強頑張りますから



スタツフ+先生に聞きました。

「暑いんですけど、なにか涼しくなる方法ってないですかね？」

河口 築盛室（3階）に行く

徳永 水風呂に入っちゃおう

作本 洞窟とか涼しそう

河野 スイカを食べる

中塚 海に行く☆

松崎 かきごおりを食べる

祝迫 滝に行くとし涼しいですよ☆

マイナスイオン

中野 日かげで川あそび

先生 風鈴とうちわと熱い風呂

「お盆の過ごし方（予定）を教えてください」

河口 寝る

徳永 えっと、誕生日（8/26）が来るので、お祝いでください（願望）

作本 秋芳洞で涼む

河野 妹に会いに行きます♥

中塚 ゆかたで花火

松崎 おばあちゃんに会いに行く！

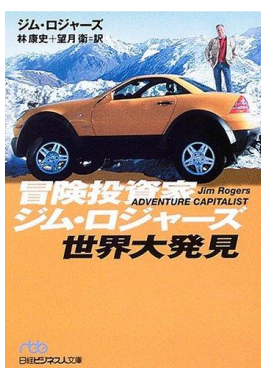
祝迫 愛車がくるのでおでかけする予定

中野 ♥ お墓参り

先生 読書

## 彰先生の今月の

## おススメ図書コーナー



## 【冒険投資家ジム・ロジャーズ 世界大発見】

## 彰先生の解説

本当の世界をこの目で見てみたい。

この本を読み、本気でそう思いました。五年後、一年間ほど休診させていただきますかも・・・？

## あとがき

加藤新聞を読んでいただきありがとうございます。お久しぶりです。

それにしても暑いですね。

外を歩くときは帽子を被らないと倒れそうになります。水分は必需品ですね。

さて、今月は休診が多く、ご迷惑をおかけしますが、これからも加藤歯科医院をよろしくお願いいたします。

また、次号をお楽しみに！

## お知らせ

八月二十一日（土）

二十五日（水）

二十六日（木）は

院長研修のため、休診いたします。

## お盆休みは

十三日（金）～十六日（月）です。