

# 加藤★新聞

## 二十六号

### “そしゃく”の働き



“咀嚼” そしゃく。

この言葉は聞かれたことはありますか？

口の中に入れた食べ物を飲み込みやすいよう塊にする動作のことです。私たちも物を食べるとき咀嚼を行っています。

何気なく物をかんで飲み込んでいますが、それにはこんな働きがあるんです。

食物の消化、吸収能率を高める  
頸の骨や顔面の発育を促す  
お口の中の自浄作用

唾液分泌を活発にする  
食物中の異物を確認（自分の体を守るために）  
精神状態の安定

脳の発育や、働きを促す

身体の老化防止（痴呆症の防止や、皮膚、血管、胃腸を活発にする）

肥満の防止  
ガンの予防  
自律神経の調整（くいしばり症候群の防止）

（12）

物をかむことはとても大切なことです。是非味わってよくかんで物を食べましょう

自分の歯をたくさん残せるように、そしてこれ以上歯を失わないように私たちも協力

させて頂きますので、一緒に頑張りましょう！

隙間の大きさに比べると格段に小さいですから、じつは軽々と通り抜けているのです。お口のなかが汚れていると細菌と酸は多くなり、二次う蝕のリスクは高くなります。

ギヤクに、お口の中が清潔に保たれていると、細菌も酸も少ないので、唾液の力にも期待でき、リスクは低くなります。

同じ治療を受けても、お口のなかの環境が良好なかたとそうでないかた、またメンテナンスを受けているかたとそうでないかたを比べると治療のもちがまったく違います。また、治療が長持ちすると再生治療を繰り返さずに済み、結果的に歯を失うことも減るはずなのです。

### 二次う蝕とは？

二次う蝕とは、すでに詰めたり被せたりしてある歯が再びむし歯になること。一方、治療していない歯がむし歯になったものを「原発う蝕」と呼んでいます。四十年からシニア世代では「原発う蝕」の治療より、「二次う蝕」つまりやり直しの治療が断然多いんです。古くなつた詰め物や被せ物の周りに出来た小さな隙間に細菌や細菌の出で酸が入り込んで歯の内部にむし歯が広がってしまいます。

お口の中にはいつも水分があり、熱いお茶を飲んだり、冷たいアイスクリームを食べたりと急激な温度差にさらされます。しかも数キロにおよぶ噛む力も加わります。歯軋りをされる方もいらっしゃいますが、そのとき歯に加わる力といつたら相当なものですね。こうした過酷な条件化では、歯と詰め物の継ぎ目（界面）などに何らかの不具合が生じることがあります。歯自体も磨耗し、あるいは欠けたりすることもあります。

また、詰め物と歯では性質に違いがあり、強い力が加わると歯はたわみますが、たとえばメタルは歯のようにはたわみません。このような性質の違いが、継ぎ目（界面）にギャップを生むこともあります。

こうしてできたほんの小さなギャップから、細菌や酸は入り込みます。細菌も酸も

### お知らせ

四月一十八日（土）は  
院長研修の為、休診いたします。

四月一十三日（木）

三十日（木）は

スタッフ研修の為、  
午後休診いたします。

「他人のために危険を冒す」という意味の  
ことわざはどれか。

- ① 藤をつづいて蛇を出す
- ② 虎穴に入らずんば虎子を得ず
- ③ ④ 窪鼠猫を喰む  
火中の栗を拾う

この度、ライオンから新しく歯ブラシが  
出ました。その名も「Brilliant V」です。  
名前にも付いている通り、毛先が「V」  
字になつており、凸凹の多い歯面への追求  
性に優れ、着色がつきやすい歯の裏側が磨  
きやすいように内側に三度曲がつたネック、  
さらにはペングリップに適したハンドル形  
状。一見どこにでもある感じですが実は違  
う。歯ブラシのヘッドの部分もコンパクト  
で携帯に便利なキャップ付き！一度ぜひ試  
してみては？

今日は「Brilliant V（ブリリアントV）」  
紹介です。



370円で発売中！

加藤歯科

ホームページ紹介



[www.kato.or.jp](http://www.kato.or.jp)

# 今月のコラム

毎月 1 日 発行

中塚三恵子

おはようございます！  
助手の中塚ですツ★

みなさん、季節の変わりめですが風邪などひいてないですか？

さて、初コラムって事なのではりきって書こうと思います。❤

まず、あたしの好きなもの。❤

海、夕日、星、桜  
ロマンチストでしょツ❤笑

あつたかくなつて桜も咲き始めたので、気持ちも楽しくなつてきます！  
あと、あたしん家の周りは田舎なので、星、海、夕日が本当にキレイです★

はつきり言つて最高です！

癒されたい人はぜひ❤

そんな自然大好きなあたしも、ついに地元を去ります！

初の一人暮らしをします。  
どんな部屋にするか、どんな生活になるのか、今からニヤニヤが止まりません！

はつきり言つて家事は苦手。  
でも、意地で自炊する予定です。

みなさん、簡単で、おいしいレシピがあれば教えてくださいね❤  
これからは自立した大人にならうと思います！

まずは、ちゃんと歯みがきしましよう  
それでは、また会いましょう❤

作本優子

こんにちは。このコラムを書くの何回目でしょうか？再び登場の作本です。  
さて、待合室の受付の隅つこに i - p o



dが置いてあるのはご存知でしたか？見てみてください。自動ドアを入ってすぐ右です。ご存知だった方も、これは何で置いてあるんだろうって思つてます。音楽は聴けません。ほかの機能も使えません。動画オンリーです。被せ物やインプラントについての説明の動画が見れます。使い方を説明しますね。まず、画面が真っ暗だと思うので、本体の下に丸いボタンがあるので、それを押してください。そしたらロック解除という文字ができます。その左下に矢印があるのでそれを指で押さえながら右にスライドさせてください。それでロックが解除されます。次、メニューが出てくるのでビデオをタッチしてください。ムービーメニューが出てくるので、見たいムービーをタッチすると動画が見ることができます。

**スタッフ+先生に聞きました。**  
**「春ですね。」**

河口 春なので、盆栽でも育てます。

徳永 春ですね。始まりの季節です。

河野 何か始めようかしら…

作本 過ごしやすい季節です。

奥田 そんなこんなで、二年生になりました。

河野 ポカポカ陽気にふさわしく、おめでたいこと続きで

私も HAPPY ❤です。

奥田 春なので、

昨日は一人でビールを飲みました。

桑野 ちょっと今までヨコヨチ歩きしてた下の子が春にピカピカの一年生に❤

中塚 春なので、お花でも育てようかしら

加藤 新聞を読んでいただきありがとうございました。

松崎 お花見したいですね

子供たちとイチゴ狩りもいきたいです！

蜂谷 そうですね

晴れ日でもお散歩へ行きます

祝您 十九歳になりました。  
いい一年になりますように★



**彭先生のオススメ図書コーナー**



彭先生の解説

面白い本、見つけました。  
常識と思っていたことの何と間違の多いことか。

読んだら世界が違つて見える。  
ほんとうです。

是非、読んでみて下さい。

あとがき

今月も加藤新聞を読んでいただきありがとうございました。

加藤新聞は今月で最終号となつてしましました。

長い間、本当にありがとうございました。

・・・というのは嘘で

エイプリルフールだつたんで、ちょっと嘘ついてみたかつただけです。すいません。これからも頑張りますので、よろしくお願ひ致します。

一般常識クイズの答えは④でした。