



院長の山本です

小さな旅情報

立石の夕暮れ



秋晴れのある日、甘いものでも食べてまったりしよつとプリンで有名な南葉山にあるマールウに行ってみました。

マールウは三浦半島の西側にあり、近くに夕日の美しいと名高い立石公園があります。実は以前一度立石公園に行ったことがありマールウの立地のことを知っていたのです。今回は落日を見ながら至福の時を過ごしつつ風下がりに着くように家をでました。家を出たときには晴れていたのですが、途中から雲が、残念 マールウに着いた時にはどんより...。ハーフリンも目的だったのでプリンを食べて元気をどう！ 4時半の頃でしよつとが気がつくとも水平線の近くから晴れてきました。慌てて外にでて写真を撮りました。

マールウからの眺め



クリニカル・コーディネーターの村田です



今年の6月に新しくカウンセリングルームができました。こちらのお部屋では、初診のご相談や診断結果をお話する際にご案内しております。お部屋の雰囲気はバリアンリゾートをイメージして作りました。

BGMは患者様が落ち着いて話せるように五感を潤す心地よい音楽を流しています。時々お香を焚いてリラックスして頂いております。ご希望があれば、待合室としてもご利用出来ますのでお声を掛けて下さい。



デンタルサポート

今回の紹介は前回と同じ歯磨き粉です。



『何故そんなに何度も...?』とお思いですよね? 何回もご紹介するその理由は...**本当にお勧め**だからです!

前回「歯磨きなどで出来た歯の表面の傷の間をナノ粒子で再結晶化し、修復してくれます。」「と書いたのですが、歯ってツルツルしているのに傷なんてあるの?」と思いますよね。実は目には見えない傷が沢山あり、その細かい傷に汚れや茶渋が沈着してしまうのです。気をつけていても細かい所までは残念ながらケアは行き届きません。例えるとシンクをクレンザーで磨くと汚れは落ちてピカピカになりますが、よく見ると細かい傷がついていると言っていると同じ状況です。当院でもクリーニングのお時間がある時に使用しております。ですが、ツルツル・ピカピカに仕上げても、ご自宅で研磨剤入りの歯磨き粉を使用してしまつと歯の表面に新しく傷が付き、着色しやすいなってしまいます。(泣)そこで、ご自宅ででもリナメルを使用をおすすめさせて頂きます。受付にて2100円で販売しております。ちょっと驚きのお値段ではありませんが、**リナメルにはその価値があります!...**



ペーパースマイル

今回は「良い歯並び・良い咬み合わせのメリットは何?」と質問テーマでお話していきます。

良い歯並び・良い咬み合わせは歯を長持ちさせます! 歯並びが悪いと食事の後に歯に汚れが溜まりやすく、歯磨きをしても汚れが取れにくかったりどうしても汚れが取れない所があり、虫歯や歯茎の病気になるリスクがあります。歯並びが良いと同じ物を食べたとしても歯に汚れが付きにくく、歯磨きでも簡単に汚れが取れる為、虫歯や歯茎の病気になるリスクを減らします。歯並びの良い方が歯を長持ちさせることができます。

また、良い歯並び・良い咬み合わせの人は何でも食べられる為、栄養が片寄らないようになります。しっかりと噛んで食べれば胃腸の負担を少なくすることが出来ます。良い咬み合わせで美味しい物を何でも食べられると言っているのは子供にとっても、大人にとっても健康の基本です。最近の研究では良い噛み合わせで、しっかりと噛んで食べる事は頭の血の巡りを良くし、学習能力が向上したり、ご老人のボケ防止にも役立つと言われています。

お知らせ

12/15~12/24 まで、
ささやかなクリスマスプレゼントを
お子様にご用意しております!



(C) blue daisy



歯科医師の山本晶子です



東神奈川駅から徒歩15分コトナンバーのINSPA横浜(スパ施設)に行ってみてください。高校生以上が利用できる施設のため、内装もシックでかっこいいですよ。

施設には高温の釜で熱せられた溶岩石があるドームがあります。溶岩石からマイナスイオンが大量に出ているそうです。ドーム入口にいろんなジャンルの雑誌が置いてあります。サウナほどは蒸し暑くないので、遠赤ドーム内でゆっくりと読めるのが良かったです! たっぷり汗かきます。また、ストレッチやヨガなどのドーム内でも参加できる無料プログラムもあります。

さらに岩盤浴も自由に利用できます。男女用と女性用が別々にあり嬉しいです。いろんな種類のハーブティが揃っており、私は岩盤浴の前に飲んでみました。

また、展望デッキもおおすすめです。平日に利用したため、かなりゆったりと静かに滞在できました。静かになったりしたい方におすすめです!



こんにちは丸山です

院内新聞を担当して2回目の発行になりました。3ヶ月があつという間で... (汗) 今回のデンタルサポートでも紹介している歯磨き粉「リナメル」を現在使用しています。デンタルサポートだけでは良さが伝わらない! と思い... (笑)

半信半疑で使用を開始し、販売会社の方に最初は市販の歯磨き粉の後に使い2回磨いて、徐々にリナメルだけに... と使用方法を教えて頂き実行しております。使用して3ヶ月ですが、歯は以前に比べツルツルで着色もほとんど気になりません。気になった方は是非一度お試し下さい! 自分自身の歯の磨き方の差に気づく気が付かれると思いますよ。

診療日

月 (月2回) 14:00~19:00
火・水・金 11:00~19:00
土・第3日曜日 10:00~18:00

休診日

月・木・日 (第3日曜以外)・祝祭日

〒226-0027

横浜市緑区長津田5-2-67 鈴木ビル2F

