

今年もあの季節がやってきました!!!

毎日暑い日が続いていますね。8月もまだまだ猛暑が続きそうですのでくれぐれも熱中症にはお気をつけ下さい。

さて、今年もブレススマイルコンテストの応募受付が始まりました。

このブレススマイルコンテストは矯正歯科治療中の患者さんにより前向きに治療に取り組んでいただきたいと、矯正専門開業医からなる団体、日本臨床矯正歯科医会が 2005年より実施している矯正治療中の患者さんを対象とした写真コンテストです。

第9回目となる今年のテーマは「希望あふれる笑顔」

日頃からキレイな歯並びになるように矯正歯科治療に希望を持って前向きに取り組んでいる希望あふれる笑顔を募集します。

今回の最優秀賞と優秀賞受賞者には、賞金と副賞として東京ディズニーリゾート 2 デーパスポート(ペア)と東京ディズニーリゾートギフトカード 5万円分が贈られます!

応募の条件は○応募者が矯正歯科治療中の方 ○応募者のブレス(矯正装置)がはっきりと写っていること ○受賞の対象となるのは応募者のみ(被写体は複数人数可) ○応募はお一人につき1点のみ

一つ、矯正治療中で装置が見えるタイプの人ならどなたでもOK! 昨年は、全国から240点を超える多くの作品が寄せられ、なんとじゅん矯正歯科クリニックの患者さんの作品が優秀賞に選ばれたんですよ!!

今年の2月に東京で行われた授賞式では、私も主治医としてステージに上げていただきました♪

詳しくは公益社団法人日本臨床矯正歯科医会ホームページ(<http://www.jpao.jp>)をご覧ください。次はあなたの番かもしれません!



矯正の豆知識

上顎の奥歯を支える装置  
パラタルバー



矯正装置というものはだいたい違和感や見た目から、患者さんには人気のないものが多いのですが、この装置ほど患者さんに好まれないものはないんじゃないかというのが、このパラタルバーです。

上顎の左右の奥歯を結ぶように上顎の天井(口蓋と言います)を太いワイヤーがまたがっています。こうすることで奥歯の動きを調整したり、上顎の歯が伸び出のを防ぐことで、顎の成長にも影響を与え

ることができたりする、悪評の割にはいい働きをするスグレモノなんです。慣れないうちは食べたりしゃべったりするとき舌がこすれたりしますが、必ず慣れるので、安心して下さい。



当院の敏腕衛生士岡田の  
歯磨きテクニック講座!!!



『あいうべ体操』

患者さまにも実践していただいています。私も1日30回を目標にトレーニングしています。呼吸は鼻でしていますか?お口でしていますか?どちらでしているかで、からだに悪影響を引き起こしてしまいます。私たち人間が呼吸をするのは、鼻か口のどちらかですね。もともとは鼻から吸う鼻呼吸が自然な形です。なぜなら、鼻には吸った空気を浄化する機能が備わっているからで鼻呼吸は空気中のほこりを取り、乾燥した空気を適度な湿度にして、のどや肺にとって刺激の少ない空気してくれます。口はもともと呼吸をするためにあるわけではないのですが、人間は口でも呼吸ができてしまいます。口呼吸をしてみてください、乾燥した冷たい空気が口から直接体内に取り込まれることで、口腔内・喉が乾燥し、細菌などが直接侵入、粘膜に炎症が起きてしまいます。口呼吸により体内に細菌が侵入すると、風邪などにもかかりやすくなり、免疫力が低下します。これは体にさまざまな弊害を引き起こす怖いものです。

オカダコラム

矯正装置を付けているとどうしても噛み辛い物の1つに、ガムがあります。ガムを噛むと装置にくっついたり、装置と装置の間に挟まったりするので取り除くのが大変です。私も矯正中は、ガムを噛むのを控えていました。

それでもキシリトール 100%入りのガムは装置にも付きにくいので、時折噛んでいました。また、ガムの代わりによく口にしていたのが、オレンジ味のキシリトール入りのタブレットです。クリニックでもイチゴ味とグレープ味のキシリトールタブレットと、とってもおいしいマンゴー味のグミを販売するようにしました。

キシリトールには「むし歯の発生や進行を防ぐ」という、特徴的な効果があります。キシリトールをガムやタブレットの形で一定期間以上口の中に入れると、むし歯の原因となる歯垢が付きにくくなるだけでなく、歯の再石灰化を促し、歯を固くします。さらに、キシリトールには、むし歯の大きな原因であるミュータンス菌の活動を弱める働きも持っています。ご興味のある方はぜひお知らせ下さい!

旬なもの 服部正志の3Dアート「魔法の絵画展」 in 京セラドーム大阪

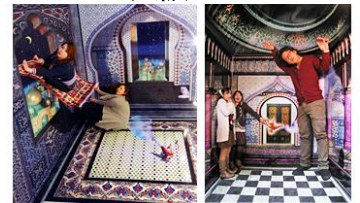
開催地: 京セラドーム大阪 9階スカイホール

開催期間: 2013/7/27(土)~9/1(日)

開館時間: 10:00~18:00 ※入館は 17:30 まで

料金: 一般 800円 / 小中学生 300円

目の錯覚・脳の錯覚この夏は視覚トリック・3Dアートで不思議体験! してみませんか? 伝統的な遠近法でリアルに描写するだけでなく、アナモルフォーシス(ゆがみ絵)の技法などを駆使して、より立体的に見えるように作成しています。作品数は40種類の大スケール! カメラを通すと超現実的な世界。作品の前で、ポーズをとり写真に写ると、まるで絵の中に入り込んだかのような一枚が出来上がります。お友達やご家族で、大阪初登場の3Dアートの世界を是非お楽しみください!



今月は敏腕衛生士オカダがお届けする  
こいゃ~完璧に趣味の世界ですわ~

12分間の Panasonic Beauty 目元エステ

癒されています。

今年の誕生日プレゼントに院長からいただきました!! スチームで温めながら心地よいリズムで目の周りに振動を与えてくれる Panasonic Beauty 目元エステ☆このリズムが、眠りへと誘います。仕事終わってからの私の楽しみの1つになりました。



充電のお知らせ「カフェでお茶する会  
~歯医者さんと友達になろう!」

当院開院直後から毎月の恒例イベントとして開催してきた「カフェでお茶する会~歯医者さんと友達になろう!」ですが、来年2月の開院5周年を前に、リニューアルのため充電することになりました。再開が決まりましたらあらためてお知らせします!

当院の岡田  
おススメのお店

ご近所さん  
本町界隈のお店

 BANCO

以前にもこのコーナーでご紹介したイタリアンカフェのお店 BANCO2号店が天満店に OPEN!! 2号店は店内も広くなり、お酒もフードメニューも盛りだくさんの、パールのなお店。周りには数々の飲食店が立ち並ぶ激戦区ですが、料理もカプチーノもおいしいお店なので、お近くへおいでの際はぜひ行って下さい! 住所: 大阪市北区池田町 6-17 OPEN: pm15:00~am1:00 不定休

今月の一言 若さを保つには、成長しつづけることである。あなたが年寄りになっていくのではない。伸びていかないために年寄りになるのである。 W・A・ピーターソン (作家)