



winter
2017
vol. 31

めぐみ歯科クリニック(水巻)
水巻インプラントセンター
センター長

Tateishi
立石 康一郎
Koichiro



Relationship between Implant and Long Life インプラントとロングライフ

現在日本では10人に1人がインプラント治療を受けたと言われています。インプラントは歯を失った部位の最もよく噛める治療法として普及してきました。一方でインプラントは費用が高い、手術が危険だというイメージを持たれている方も多いと思います。健康なうちはいいが高齢や障害によりインプラントの手入れが十分できなくなったらどうしたらいいのかという不安もあるでしょう。インプラントは天然歯より長く持つことが多く、義歯を2~3年で作り替えていくことを考えればそれ程高いものではありません。手術も術前の検査を十分に行えば安全にできます。また、高齢や障害などでインプラントの手入れが難しくなった場合は、インプラントを取り外し式の義歯の形（オーバーデンチャー）に変え、手入れをしやすくすることもできます。インプラントは入れてしまえばそれで終わりではなく、患者さんの変化に対応して適切な形状に変えていくことができるのです。

最近はビッグデータの解析が医療の分野にも入

ってきています。先入観なしに膨大なデータの中から病気との因果関係を調べようというものです。手術と入院期間をビッグデータで解析したところ入院期間の短縮は手術時間や出血量、薬の使用法よりも、痛みの軽減や食事の早期開始にあるそうです。つまり口から食事を摂るということは健康を維持するうえで極めて重要ということがあらためて示されたかたちです。歯を失うとその部位の骨は年を追うごとに吸収していき、義歯も不安定になり、食事の質も低下し流動食に近いものになっていきます。インプラントは天然歯とほぼ同等の力で噛むことができ、食事の質を落とさなくて済みます。インプラント治療後も定期的なメンテナンスを続け、体調の変化に応じてインプラントの形状を変えていけば質の高い食事を長く続けることができるでしょう。健康寿命を延ばすためにもインプラントは有用な治療法です。インプラントと長く付き合っていくことが大切です。

Tooth brushing for babies

赤ちゃんの歯磨き



新年明けましておめでとうございます。

今年も一年、皆様が美味しく食事が出来、美しい口元が維持出来るように医療法人恵祐会の総力を上げてお手伝いさせていただきますので何卒、宜しくお願い致します。



さて、いつも隣のページでやれインプラントだ、オーバーデンチャーだと外科に偏った話ばかりしていますので今回は、グーンと年齢を下げて子供の歯磨きの話をしたいと思います。歯ブラシの起源については当院のチーフが書いていますので後ろの方で確認して下さい(^^) うちの娘も2歳になりイヤイヤ期に突入り歯磨きをさせてくれません。日々、押さえつけながら仕上げ磨きをしている状態です。では、理想的にはいつから仕上げ磨きをしていけばいいのでしょうか？それは、乳歯が生えてくる8ヶ月頃が、スタートのタイミングとしていいかと思います。最初は、歯ブラシに慣れることが大事で

す。奥歯が生えてくる1歳6か月頃までには、歯磨き習慣ができることを目指しましょう。そのためのちょっとしたコツとして、日ごろから子どもの口元を触ってみましょう。口元を触られることに慣れていくと嫌がりにくくなります。

また、歯磨き中に鏡を見せながらしたり話しかけたり、歌ったりしながら歯磨きするのがおすすめです。とにかく時間がかかると子どもが飽きてしまうので、短時間で手早く丁寧やりましょう。なかなか難しいことですが、力が強かったりして、歯ブラシが歯ぐき(歯肉)に当たると嫌がるのでそこは気をつけてください。また、うちでは子どもが眠くなる前や、機嫌が悪い時は、歯磨きを嫌がるのでもう諦めてしていません。勇気ある撤退も時には必要です。そして、終わったらとにかく褒めてあげてください。以上、長々と偉そうに書きましたがうちでは、嫁がほとんどしています(笑)

めぐみ歯科クリニック(行橋)
院長
口腔外科インプラントセンター
センター長

Okamoto
岡本 愛彦
Yoshihiko

歯は大切な友達



めぐみ歯科クリニック(水巻)
歯科衛生士 永沼 美代子
ながぬま みよこ

みなさんは「予防歯科」という言葉を聞いたことはありますか？予防歯科とは、虫歯などになってからの治療ではなく、なる前の予防を大切にすることです。歯を失うと自然に微笑むことができなくなったり、食べたいものが噛めなくなり、それが原因で消化器系への負担を与えたり、うまくしゃべれないなど様々な影響が出てきます。自分

では毎日きちんとケアしているつもりでも磨き残しができてしまうものです。歯並びなど、お口の状態は一人ひとり違うものです。そこで歯科医や歯科衛生士が行う専門的な



口腔ケアが必要となってきます。患者さん1人ひとりのお口に合わせた歯磨き指導、歯石除去、フッ素塗布など…。患者さんとお話する中で「へー、知らなかった!!」と耳を傾けてもらったり、毎日のセルフケアに活かしてもらえると本当に嬉しくなります。

健やかな歯といつまでもなかよく笑顔で過ごしていけるよう、定期的に健診を受けていただき少しでもお役に立てればと思います。



祭りでストレス発散

あけましておめでとうございます。

行橋めぐみで助手をしている渡邊鈴加です。

新年をあけるともう私には、うずうずすることがあります。

それは、5月と10月に年二回ある宇島祇園と苅田山笠です！！

宇島祇園の見どころは踊り車で町内をまわり、所々でとまるときに舞踊団の踊り子さんが踊ります。その音楽とかに合わせて、自分たちは叫んだりしています。定番は石川さゆりの「湯の花KOUTA」です。

苅田山笠の見どころはけんか山笠です。山笠同士が助走をつけてぶつけ合うのですが、もうちょい迫力があってカッコイイです☆
やっぱり改めて私は祭りが大スキな女の子。
みなさんも是非見に来て下さいネ♡



めぐみ歯科クリニック(行橋)
歯科助手 渡邊 鈴加
わたなべ すずか

働く人たちの一言

Words from the Workers



和白歯科クリニック
受付 小藤 啓子
こぶじ けいこ

恋する女子旅

皆様こんにちは。和白歯科クリニックの受付をしています小藤です。

私は先日、日本三景の一つである宮島へ友人達と旅行に行ってきました。当日は天候にも恵まれて見事に快晴。絶好の旅行日和になりました。フェリーに揺られる事約10分ついに到着!!沢山の観光客で賑わう中でまず私達を出迎えてくれたのはとても人懐っこい

鹿達です。カメラを向けるとこっちに振り向いてくれるんですよ!!とっても、可愛い!!さらに奥へと進んで行くと通りにあるお店で名物の揚げもみじを食べ美味しさに舌鼓をうちながら今回の旅の目的である厳島神社へ!テレビでは何度か観た事がありますが初めて自らが体験。その1つの風景に何枚もの絵画の様な景観が広がる場所で、神秘的な感覚になり大変感動しました。本当に行ったら良かったと思いました。1日では名所しかまわる事が出来なかったのもたゆっくりと旅行してみたいです。是非皆様も大切な人とお出かけしてみてください。





能丸 千慧
のうまるちあき



夫の転職に伴い97年からハワイ島ヒロで暮らし始める。ハワイ島の豊かな自然とアロハな人々に魅了され、都会好きからすっかり自然派に。家族は、福岡出身で天文学者の夫、高校2年の息子1人、ウコッケイ4羽。

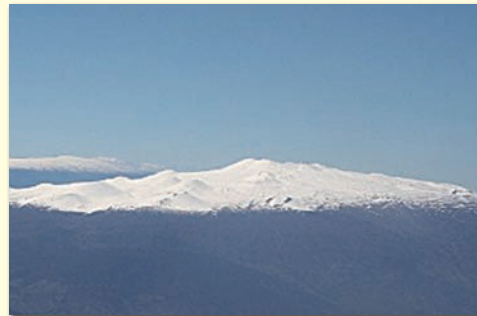
年々暑くなる日本の夏に、友人から「まるでハワイみたいに暑い」と言われました。しかし私が住むハワイ島のヒロは年間の平均気温が26度～28度、30度を超えることはあまりなく、熱帯夜もありません。過ごしやすい「常初夏」で、家での冷暖房設備は不要です。



ハワイは人が住んでいる島が7つ、ほかに無人島や岩礁などが130ほどあり

ます。有名なワイキキがあるのはオアフ島。私が住むハワイ島は、日本からは一番遠い東側にあり、残りのハワイの島全てを合わせたより大きく、通称ビッグ・アイランドと呼ばれています。面積は、ほぼ四国の6割弱です。

そこに富士山より高い、4,205mのマウナケアと、4,169mのマウナロアがあります。世界一高いエベレストは8,848mですが、ハワイ島は海底約6千メートルからそそり立っているためもしも月のように水がなければ、マウナロアとマウナケアの高さは1万メートルを超え、地球一高い山々です。冬には何回か山頂に雪が積もります。「マウナ」はハワイ語で「山」、「ケア」は「白い」という意味です。雪が積もると、スノーボーダーやスキーヤー、雪をトラックに積みに行く人が殺到します。ヒロの町に突然雪だるまが出没し、あっという間に溶けていきます。午前中スキーをし、午後はサーフィンができるというのは、ハワイ島の人たちの自慢です。



ホノルルがあるオアフ島の人口は約100万人、ハワイ島は20万人弱、ヒロは5万人弱です。それでもヒロは、ハワイ州で3番目に人口が多い町です。“ハワイ”といえば、ワイキキの賑わいを思い浮かべる方が多いと思いますが、ハワイ島は、ハワイ好きが最後にたどり着く島とい

われ、手つかずの自然が残されています。

最も有名なのは活発な火山活動でしょう。海の底に、ホット・スポットと呼ばれるマグマの噴出口があり、その活動により島も山も作られています。



今も、ハワイ島から約35キロ離れた海の底に、ロイヒと呼ばれる活発な海底火山があり、何万年後かには新たな火山島が誕生するかもしれません。

夫は国立天文台のすばる望遠鏡で仕事をしていますが、オフィスはヒロ市内のハワイ大学のキャンパスの中にあり通勤時間は車で5分です。日本が誇るすばる望遠鏡はマウナケアの山頂にあり、そこまでは車で1時間半かかります。マウナケアは、マグマ・スポットからはずれているので噴火することはありませんが、マウナロアは、「明日にも噴火しそうだ」と言われて10年以上経ちます。



マウナロアが大規模に噴火すれば、ヒロの町も溶岩にのまれる可能性がある

られています。しかしハワイ島の溶岩は粘性が低く、山の斜面がなだらかで溶岩もゆっくり流れます。記録では溶岩にのまれて死者が出たことがありません。私も含めみなさん、マウナロアが噴火したら家財道具を持って避難すればいいと気にせず生活をしています。マウナロアの最後の噴火は1984年でした。

国立公園内にあるプウオオは、記録を更新しながら長期に渡って噴火し続けています。近年も溶岩が噴き出し、溶岩で道路が遮断されると日本でもニュースが流れました。



最後に…今を去ること20数年前のお話、東京の国立天文台でヒロに転勤するスタッフたちへの説明会がありました。初めて海外で暮らす人も多く、真剣に話を聞いていると、ヒゲをたたえた1人の教授が真顔で、「ハワイは歯医者はいいらしいです。ハワイイ=歯はいい、ですからね」と言いました。今でも教授のことを思い出し、ハワイで歯はいいようにと心がけています。

次回は夫が会長を務める、ハワイ島の福岡県人会についてご紹介します。



Is tooth brushing Buddha's teaching ?

お釈迦様の教え=歯磨き!?

皆さん歯ブラシはどこから来たのか、いつからあるのか疑問に思ったことはありませんか？

歯磨きの習慣はインドが起源だといわれています。(昔、私はそう習った…)それを考えたのはお釈迦様!!なんとビックリ!!お弟子さんのお口のおいが気になったお釈迦様が、戒律のひとつとして「口の中をきれいにする」ということをきめられたそうです。その後日本に伝わったのは仏教伝来のとき。まず僧侶の間で習慣になり、公家や庶民に広まっていったとのこと。多くの人が習慣の一つとして歯を磨くようになったのは江戸時代的事了。歯磨きが伝わった頃は、歯木(しばく)とい

て、柳の小枝を噛んで房状にしたもので歯の表面を磨いていました。その後、江戸時代になると、房楊枝(ふさよう

じ)という同じく柳の枝を煮て柔らかくし、枝の先を小槌などでたたき、房状にして持ち手をつけるといった、今の歯ブラシっぽいものになったそうです。この房楊枝が歯ブラシの元祖!!今のように「歯ブラシ」という名がついた商品が登場したのは大正2年(1913年)。ライオンの「萬歳歯刷子」(ばんざいはぶらし)が日本初の歯ブラシです。

また日本で最初に「ハミガキ粉」が売られたのは同じく江戸時代。丁子屋喜左衛門(ちょうじやきざえもん)の「大明香葉砂(だいまようこうくすりすな)」というものらしいです。当時のものは粉状で、房州砂に香料を混ぜて作られていました。今の歯磨き粉や歯ブラシがどれだけ使いやすく、気持ちの良いのか改めて思います。

めぐみ歯科クリニック(行橋)
歯科衛生士チーフ

Sakaguchi
坂口 玉美
Tamami

先人の皆様

ありがとうございます!! 😊



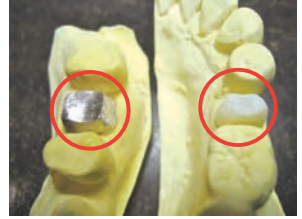
Message from a Dental Technician



セイコーテクニカル
歯科技工士 堤 菊江
つつみ きくえ

セイコーテクニカルで歯科技工士をしている堤です。

虫歯の根の治療(根管治療)をした歯の補強となる土台のことをコアというのですが、私は主にこのコアの製作を担当しています。私達、歯科技工士が作るコアは主に2つあります。1つ目はメタルコア(写真左)で、これは金属で作ります。2つ目はファイバーコア(写真右)で、これはガラス繊維を棒状にし、まわりを樹脂で固めます。これらのコアを土台にしてか



ぶせものを作るため、コアが患者様の目に触れる事はあまり無いと思いますが、しっかりと安定したかぶせものを作るには、より精度の高いコアの製作技術が必要です。そのためにも、まだまだ精進してこれからも頑張っていきたいと思います。



VOL.3

父と娘の絆は
歯よいも強い!?

新年明けましておめでとうございます。

寮協会スタッフ一同、今年も一年皆様のお口の健康を守

るために頑張ってまいりますので宜しくお願い致します。

年末年始、皆様との様にお過ごして下さりでしょうか?

我が家では年末の恒例行事、実家の父のお誕生会で一年を締めくくるといものがあります。12月31日が誕生日の父。

何事も「切羽詰まってこたをなす。」といった性格。さすが、大晦日の男。

そして、歯の方もいよいよよくなってから「痛い気がする…」と連絡が入ることしはし…。あきれぬ娘を横目にこれをくいがえして数年間。

毎年、一年の締めくくりに言うセリフは「今年も一年好きなものが食べられ、美味しい酒も飲めてありがたいね～」とご満悦。

「痛くなる前に来ないと好きなものも食べられませぬよ!!!」と

心の中でつぶやき、父の長寿を祝うのでありました。

「神様、今年も父と父の歯が健康でありますように…」



今日は、大阪の歴史の旅の第二回です。

最初は、四天王寺庚申堂で、「庚申」は道教の
影響を受けた日本人の信仰のひとつで、三尸
という虫に由来しています。人間の体内には
三匹の虫が住みつき、その人の行動を監視し
ていて庚申の夜、眠っている人の体から虫が
抜け出して、その人の罪や過ちのいちいちを



天帝に告げるといのです。そこから、庚申
の日に眠らず「庚申待ち」という慣わしが生
まれたとか。現在、60日に一度巡ってくる庚
申の日には、境内にコンニャクの店が出て、
庚申のコンニャクを北向きで食べると頭痛
が治るとの言い伝えがあり、大勢の参拝者で
賑わいます。次は、四天王寺エリアにある、全
国的に人気のあるパワースポット「堀越神
社」が鎮座しています。かの聖徳太子が創建
した歴史ある神社で、こちらには「一生に一
度の願いを聞いてくださる神さま」がおられ
るとあって、全国各地から熱心な参拝者が訪



れています。あなたも、どうしても神様に聞
いていただきたい事があるならば、ぜひ堀越
神社を詣でてみてはいかがでしょうか？次
は、和泉国一宮の大鳥神社で祭神は日本武
尊・大鳥連祖宮で、この神社の由来は「日本武
尊が、伊吹山で病に倒れ、遺体はその地に葬
られたが、その陵墓から白鳥となって飛んで
いき、大鳥の地に舞い降りた。」これが大鳥神
社の始まりだとされています。大鳥神社の参
道を歩いていると、急に空が暗くなり、大雨
に会い服がびしょ濡れになり道路が川のよ
うになり歩くのが大変だったことを思い出
しました。でも、旅は良い物です。歩いている
と今まで見たことがない物を発見したり、人
との出会いがあったりして、豊かな人生が送
れそうです。次回も大阪の旅でお会いしま
しょう。感謝!!

花咲か爺の歴史探訪

VOL.16



新鮮なのは当たり前、店主が選ぶ旬の魚…



めぐみ歯科クリニックスタッフのおススメのお店

うおまつ
Kマートたかお「魚松」

行橋市道場寺1606
TEL 0930-22-3311
営業時間：平日18:00迄
定休日：日曜・祝日



行橋近海で水揚げされた超新鮮なお魚が毎日入荷されています。この冬のおススメは、アイドルラタクな店主が厳選したぶりぶりなブリのお刺身がいちおしです!! お刺身盛りも¥3,000~作ってくれますのでぜひ!!
ちなみに店主、うちのスタッフの高校の同級生(*^^^*)「昔は髪もフサフサでしたが…」(やかましいわ!!)そして、この店主なんとラジオのパーソナリティーもやっています。

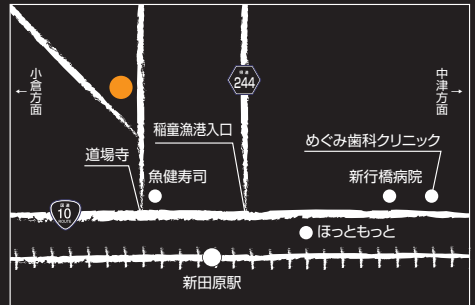
NOAS FM 78.9MHz 毎週(金) 22:00~24:00
「スバゾーン・チャイモンコン」



チョップ・イチロットン ロール発射 (これ店主です)

何が起るこの2時間!!? パーソナリティーの2人も分からない!

皆さんも、よろしければ…是非、聞いてみてください!!



しんまち歯科クリニック

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16
TEL(093)475-3830

かんだ歯科クリニック

京都府苅田町富久町 1-2-1
TEL(093)435-1033

めぐみ歯科クリニック行橋 口腔外科インプラントセンター

行橋市道場寺 1409-5
TEL(0930)25-0012

めぐみ歯科クリニック水巻 福岡新水巻インプラントセンター

遠賀郡水巻町立屋敷 1-14-5
TEL(093)203-1888

新小文字歯科クリニック 新小文字口腔外科インプラントセンター

北九州市門司区大里新町 3-8
TEL(093)372-3939

和白歯科クリニック 和白口腔外科インプラントセンター

福岡市東区和白丘 2-2-35
TEL(092)605-8311

ハートフル歯科クリニック

行橋市大橋 3-1-28
TEL(0930)26-4618



医療法人
恵祐会

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16
TEL:(093)474-8616
<http://www.keiyukai.gr.jp/>

編集責任者 豊富 光浩



入会のご案内

年会費
1,000円

ハハハの会

医療法人 恵祐会

地域の皆様に
歯科情報を
多く発信致します

会員特典

- 1 定期的会報の送付
- 2 口腔ケア商品のクーポン送付
- 3 ホワイトニングなどのクーポン送付
- 4 その他、定期的にキャンペーン等も企画しております。

ラテリエの歯ブラシを3本差し上げます。