

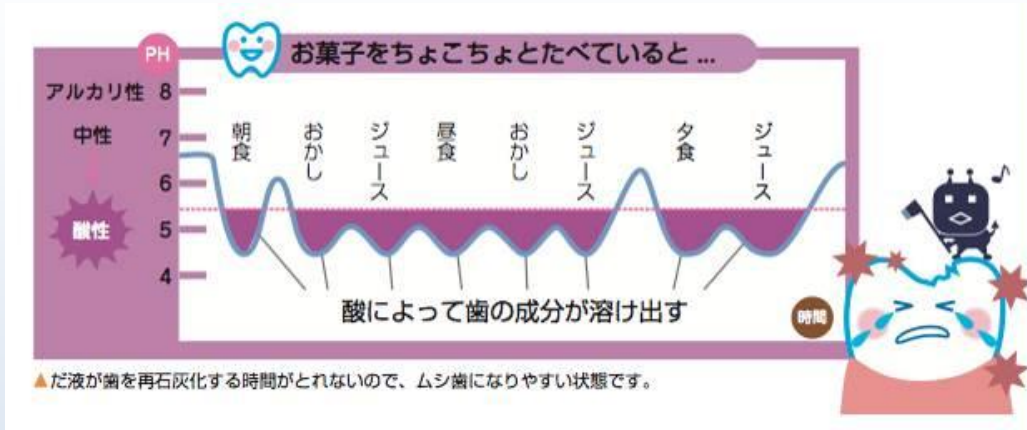


ハッピー通信46号



「検診の度に虫歯が見つかる！」と嘆くあなた！ 「生まれつき歯が弱い？」と思っているあなた！

飲食の回数、多くないですか？！



「スポーツドリンクを飲んでいる」「禁煙してからのど飴をなめている」
「眠気覚ましに缶コーヒーを結構飲んでる」などなど・・・

間違いなく、
むし歯になりますよ～～(ー_ー)
飲食回数を減らしましょう！

スタッフ日記

こんにちは！受付の国定です。😊😓
今回はだいぶ遅いですが忘年会の幹事チームの尾崎・白井・塩田・国定で打ち上げとして牡蠣を食べに行きました～❤️
ソルトモデラートさんです。お店の内装からおしゃれで期待が高まります😊

生牡蠣、焼き牡蠣、さらにはステーキにたちのホイル焼き！どれも絶品でしたなかでも一番テンションが上がったのがなんとフライドポテトだったんです😓❤️
びっくりするほど甘い！さつまいもとも違う甘さ！ぜひ皆さんにも食べて頂きたいです🎵



お店情報

SALT MODERATE
(ソルトモデラート)

北海道札幌市中央区南 3 条
西 1 丁目 2-1

TEL 011-215-1997

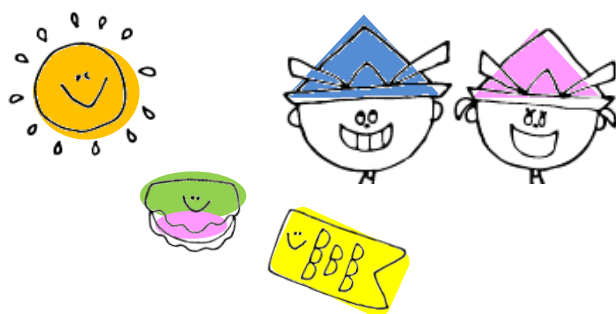
はじめまして！！

今年は2人の新人衛生士さんが入りました。
どうぞ、よろしくお願いします！



5月の休診日のお知らせ

3(祝) 4(祝) 5(祝) 6(土) 7(日)
10(水) 14(日) 17(水) ※矯正のみ
21(日) 24(水) 28(日) 31(水)



歯科衛生士さんおすすめ！！

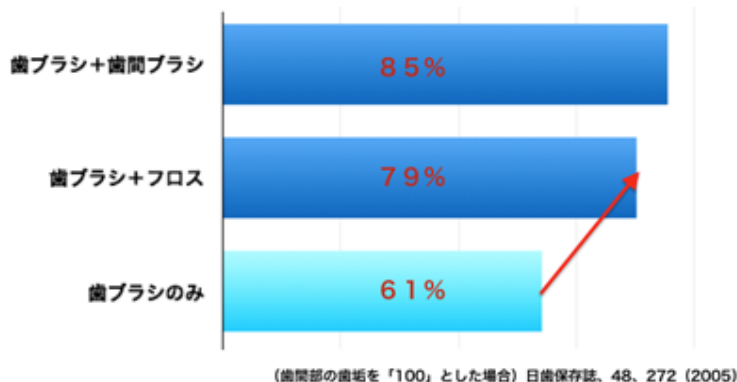
デンタルフロスで虫歯や歯周病を防ぐ

みなさんはデンタルフロスをご存じですか？
歯の間の汚れを落とす細い糸の掃除用具です。

1. デンタルフロスの得する効果

歯ブラシのみの歯垢除去率を調べると、約61%しか除去することが出来ないのです。フロスを正しく併用すると、歯垢除去率は約80%までぐんと上がるんです。

歯間ブラシの歯間部のプラーク除去効果



2. 特に虫歯になりやすい歯と歯の間を集中的にケア！

虫歯の90%が歯と歯の間から発生します。その場所は歯ブラシでは届きにくいので、フロスを使っていない方はどうしても虫歯が進んでしまいます。

歯垢1mg中の細菌の数はなんと約10億！！
細菌がひしめいたまま、一番虫歯になりやすい睡眠時間を過ごしていると考えただけでもゾッとしますね。



デンタルフロスを使うことで歯にとって多くの効果があり、虫歯や歯周病予防にとっても重要なので、今回は、デンタルフロスから得られる効果や、役割をお教えします!! ぜひ、実践してみてくださいね♪

3. 虫歯の初期症状を発見するセルフチェックになる

デンタルフロスは、歯と歯の間にできた虫歯をセルフチェックができるんです。歯の表面に擦るようにしてデンタルフロスを動かしてください。

- 歯と歯の間でざらつきを感じる
- 引っかかる感じがする
- 毎回同じ部分でフロスが引っかかる
- 出し入れの時に糸がバラける

これらのチェックに該当すれば初期の虫歯・虫歯の疑いがあります。虫歯を早期に発見することができれば、大掛かりな治療をしなくてすんだり、予防処置のみでも十分に虫歯を治すことができます。

今回紹介したこと以外にも、歯周病の早期発見や口臭対策にも効果的です！

また、フロスにもいろいろな種類があるので、お近くの衛生士にぜひ聞いてみてください。使い方も指導いたします！

