

谷口歯科新聞

春野菜のおいしい季節

No. 9
平成30年5・6月号

春風とともに草木が芽吹き、新緑のまぶしい季節となりましたね！
診療所の窓からの景色もすっかり春らしくなりました。
春キャベツ、新じゃが、新たまねぎ・・・「春」や「新」がつくと特別おいしそうに感じますよね♪いつまでも、美味しいものを美味しく味わうためには、日々のお口のメンテナンスが重要です。谷口歯科では美味しく噛めるよう全力でサポートさせていただきます！

スタッフ一同

簡単料理

豚肉の味噌漬け焼き

付け合わせには
ぜひ春野菜を♪



- 材料 3人分
- ・豚肩ロース 約400g
 - ☆味噌 大3
 - ☆みりん・酒・はちみつ 大1
 - ☆醤油・ごま油 小1
 - ☆しょうが・にんにく 少々

1. 豚肉は筋切りをし、フォークで数カ所刺しておく。
2. 袋に☆の材料を入れてタレを作る。
3. 2のタレの中に豚肉を入れ、なじませてから、冷蔵庫で一晩寝かせる。
4. 焼く30分前に冷蔵庫から出し、フライパンで焼くだけで完成♪

診療所のカウンセリング
ルームの窓からは、この
様な景色が見えます♪



コラム

Vol. 2

歯並び、気になっていませんか？



日本臨床矯正歯科医師会の調査でも明らかにされていますが、歯並びに自信のない日本人は46.2%と2人に1人は歯並びを気にしているという結果が出ています。

当診療所でも最近とても多いのが「成人矯正治療」相談です。

「小さい頃に矯正治療をやっておけば良かった」
「子供の頃、経済的な理由により矯正治療ができなかった」
「(この年齢で)矯正治療ができるのでしょうか？」などなど、いろいろな思いがある様です。

笑顔を構成する要素である「歯並び」って大切ですよね？

「え～、でもあの(ブラケット)装置を着けるのが恥ずかしい！」
昔と大きく違うのは、その評判です。

20年前は・・・「え～、今更、矯正なんてしてるの?!」なんて、からかう人が多くいました。

現在は、「矯正しているの?! 羨ましい! 私もしたいんだけどな・・・」という社会的に歯並びの重要性も上がっており、「ちゃんとしている人」のイメージになっている様です。

そして、矯正治療が終わるとホワイトニングに興味に移り、美意識が高くなるのも特徴的です。素敵な笑顔のお手伝いも谷口歯科診療所の仕事の一つでございます。しかし、綺麗な歯並びをキープするには、しっかりとした定期検診は欠かせませんよね。

谷口歯科診療所 院長 谷口昭博

歯にまつわる記念日



6月4日は何の日かご存知ですか？(む)と(し)の語呂にあわせ、「虫歯予防デー」といわれています！さらに、6月4日～10日は日本歯科医師会、厚生労働省、文部科学省が共同で制定した「歯と口の健康習慣」となっており、お口の中だけでなく体全体の健康への意識を高めてもらうというねらいがあります。

そこで!?!この新聞をご覧になり、5～6月に初めて当院にて定期検診を受けられる方に「歯ブラシセット」をプレゼントいたします!ご予約の際に、「谷口歯科新聞を見た」とお伝えください。

実は他にも、歯にまつわる記念日はいろいろあります・・・

4月18日、4月29日、8月8日、11月8日

さて何の日でしょうか?
答えはスタッフまで!