



桜の季節になりました。卒業や入学、入社など人生の節目の風景には、いつも桜がありますね。ピカピカのランドセルを背負ったり、大きな制服を着た新入生を見ると微笑ましく、かつての自分の記憶も蘇ります。

さて、毎年民間企業や団体が桜の「開花予想」や、「満開予想」をしています。どのくらい咲いたら開花・満開というのか、その基準をご存じですか？

気象庁の場合は、標準木と呼ばれる桜が全国 47 都道府県の気象台の構内や公園、神社に植えられており、その桜に 5～6 輪以上花が咲いた日が「開花日」。8 割以上のつぼみが咲いた日が「満開」とされているそうです。花の季節になると、予報官が出向いて毎年同じ標準木を観測するのです。

ちなみに、桜には山桜や河津桜など 300 種類ほどありますが、標準木として使われているのは、全て「ソメイヨシノ」。開花から満開まではおよそ一週間で、華やかに咲き乱れその後さらさらと散りゆく様も美しいですね。桜前線は首都圏や関西では 3 月末から 4 月初旬、徐々に北上して東北や北海道では 4 月下旬から 5 月上旬です。今年はお花見の予定を立ててみてはいかがでしょうか？

春は何かと忙しい時期です。良いスタートを切れるよう、お口のメンテナンスも忘れずに！虫歯がある人は、早い内に治療にいらしてくださいね。

ながさき歯科医院からのお知らせ



歯科健診を受けましょう！



## ながさき歯科医院

電話 042-729-4182

訪問専用ダイヤル 0120-75-4182

診療科目 一般歯科、小児歯科、口腔外科、歯列矯正、審美歯科、インプラント、  
予防歯科、訪問診療

**お知らせ：4月より診療時間が下記のようになります。**

| 診察時間 | 月               | 火               | 水               | 木  | 金               | 土               |
|------|-----------------|-----------------|-----------------|----|-----------------|-----------------|
| 午前   | 9:00<br>～13:00  | 9:00<br>～13:00  | 9:00<br>～13:00  | 休診 | 9:00<br>～13:00  | 9:00<br>～13:00  |
| 午後   | 14:30<br>～18:30 | 14:30<br>～18:30 | 14:30<br>～18:30 | 休診 | 14:30<br>～18:30 | 14:30<br>～16:30 |

休診日：日曜・祝日・木曜日

## 歯に関する豆知識、ウソ！？ホント！

### ★世界で一番歯の多い生き物はカタツムリ？

答え ホント！

いかにも柔らかそうな生き物で、歯はなさそうですが、実はちゃんとあります。正確には歯舌（しぜつ）と言って1列に80本並んだ歯が150列（全部で12000本）もあります。歯舌は「噛む」と言うよりも、大根おろし器のような働きをします。雨が降った後コンクリートにカタツムリが這っているのはコンクリートに含まれてるカルシウムを削って食べているんですよ！



### ★歯周病は移る？

答え ホント！

歯周病は、歯周病菌によって発症する感染症です。人との食器の共有や唾液を介して歯周病菌が他の人にうつり、歯肉周辺組織に炎症をあたえます。

歯周病は一度かかってしまったら、完全に治療するのが難しい病気なので、予防が大切です！

歯周病予防に最も効果的なのは、毎日の歯磨きと歯科医院での定期予防処置です。3か月に一度は、歯科医院で歯石除去やバイオフィルム除去などケアを受けて、しっかりと予防しましょう！

### ★歯石は自分で除去できる？

答え ウソ！

丁寧に歯磨きをしていても、歯の周囲には歯石がついてしまいます。歯石はプラーク(細菌の塊)が唾液の中のカルシウムやリンなどのミネラル成分と結びついて石のように固くなったもの。なかに虫歯菌や歯周病菌が住みついて繁殖しており、毒素を出しています。特に、歯と歯茎の間にできた歯石が問題で、毒素が歯茎を腫らせたり、歯の周りの歯槽骨を溶かしていくのです。さらに出血した部位から歯周病菌が血管に侵入し、糖尿病など全身疾患の原因になります。

歯石は固くて歯磨きでは取れません。自分で取ろうとすると歯茎を傷つけてしまうことがあるので、必ず歯科医院で除去してもらいましょう。

### ★マウスウォッシュを使えば虫歯菌を殺せるので歯磨きしなくていい？

答え ウソ！

マウスウォッシュは、口の中の菌を殺し、歯周病や虫歯を予防するためのデンタルケア商品ですが、マウスウォッシュだけでは虫歯は予防できません。歯磨きで丁寧にプラーク(バイオフィルム)を除去した後を使用するのが効果的です。歯磨きのサポート役として上手に活用しましょう。



### ★徳川家康は入れ歯を使っていた？

答え ホント！

食通で知られる徳川家康は、晩年は総入れ歯だったそうです。時代は江戸時代、今から400年も前の話ですが、その頃から入れ歯が存在していたことに驚きます。

素材は木で、なんと「仏師」と呼ばれる木の仏像を彫る人が作っていきそうですよ。



# ながさき歯科医院

