

皆様に、にき歯科のことや歯に関する様々なことを知って頂くために2ヶ月に1回、院内新聞を発行することになりました。記念すべき第1号は、当医院のドクターの紹介と、虫歯についてです。

## にき歯科にはこんな先生がいるよ♪



にき よしみね  
二木 由峰

日本口腔インプラント学会 専門医  
★月～木、金 AM



いやま よしゆき  
井山 禎之

★月、火、金 PM、土  
(水、木は往診)



このの しんや  
河野 信也

日本矯正歯科学会 認定医  
★月、火、金、土 AM  
(水、木は往診)



こうもと かずろう  
河本 和郎

★水、土  
(月、金は往診)



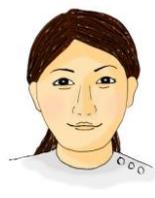
あいた あきこ  
相田 明子

★月、木、金、土 AM  
(火、土 PM は往診)



おがわ しん  
小川 晋

★水、木  
(火、金、土は往診)

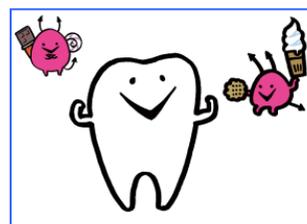
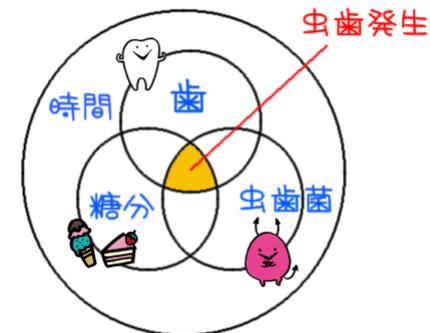


いのまた しょうこ  
猪股 翔子

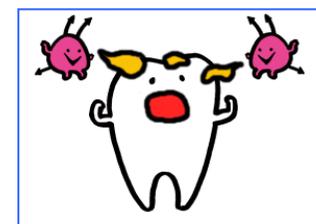
★火、木、金  
(月、土は往診)

## なんで虫歯になるの？

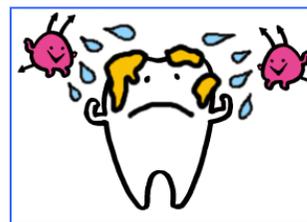
虫歯になる原因を知っていますか？虫歯を防ぐためには、歯について正しく知ることが大切です。虫歯は、虫歯菌を受け入れる環境（歯）があって、その表面に住みついた虫歯菌が糖분을摂取し、一定以上の時間が経過するという条件がそろって初めて虫歯になります。



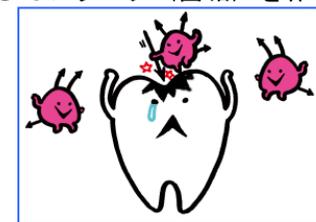
①口の中には、たくさんの虫歯菌が！



②虫歯菌は糖분을栄養にネバネバ物質を出してプラーク（歯垢）を作る



③虫歯菌がプラークの中で酸を発生！



④歯の表面のエナメル質が酸に溶かされて虫歯になる

## 虫歯を予防するにはどうしたらいいの？

- ★ 正しい食生活を身につけ、食べた後は 30 分以内に歯をみがく習慣をつける
- ★ 糖分を多く含むキャラメルやチョコレートなどを口にする回数を減らす
- ★ 自覚症状がなくても、半年に 1 回は検診を受ける