

SMILING BEAUTY

口福な生活を応援する院内新聞

加藤歯科医院 第34号

こんにちは、あなたはいかがお過ごしでしょうか？寒い日が続きます。ご自愛ください。

この1月、私は外出が続いた月でした。お正月早々は隅田川に七福神めぐり。後半は大部分の同級生の診療所に、インプラントの治療に参りました。(清岡デンタルクリニック・大分インプラントセンター)。年に数回インプラント治療のために訪れています。今回は、以前、私が治療を行なった患者さんの一人が、残念ながら3本入れた真ん中のインプラントがダメになってしまいました。取ってしまったも、残りの2本で十分機能しますので問題はないのですが、患者さんと一緒にがっかりした気分です。



隅田川七福神めぐり(墨田区登録無形民俗文化財) ※墨田区のサイトより引用 私はこの逆で巡りました。

順路
全行程約120分
1 三囲神社(向島二丁目5番17号)
← 徒歩4分



途中でスカイツリーが見えました。大きいですね。来年はもっと大きくなっていることでしょう。今から楽しみです。

向島百花園で休憩したので、七草の植え込みがあり、意外に名前と実際のものが区別つきません。皆さんは先月七草がゆはお食べになりましたか。



- ← 2 弘福寺(向島五丁目3番2号) 徒歩3分
- ← 3 長命寺(向島五丁目4番4号) 徒歩15分
- ← 4 向島百花園(東向島三丁目18番3号) 徒歩5分
- ← 5 白鬚神社(東向島三丁目5番2号) 徒歩25分
- ← 6 多聞寺(墨田五丁目31番13号)

七福神めぐり、私は毎年恒例の行事で10年ほど参加させていただいております。一年ぶりでお会いする方もいらつしやいます。お子様連れの方もいらつしやうて、ちょっと前まで小学生くらいのお子さんが、もう高校生とか、そんな話も尽きません。

EBIインプラント国際研修会 2 韓国
12月19日～21日、時間を何とか作って韓国へインプラントの研修に行つてまいりました。初めての韓国。土曜日の診療を少し早めに切り上げて、羽田から最終便で出発です。韓国の金浦空港、そこからホテルまで2時間近く。着いたのは午前1時を回っていました。次の日からきつちり二日間の研修です。

EBIインプラントは世界的に有名なニューヨーク大学インプラント科の助教授のチョウ先生(韓国人)のグループが開発したインプラントです。アメリカでは昨年に認可を受けました。日本にも今年、導入される予定です。そういった意味では、最新のインプラントです。それを直に勉強させてもらえるすばらしい機会を得ることができました。ありがたいものです。

韓国は、インプラントをはじめ先進的技術の導入が早く、とても食欲な印象を受けました。すごくいい刺激を受けて帰つてまいりました。

埼玉インプラントセンターでも、よいものは、どんどん取り入れて、より皆さんへ貢献していきたいと思ひます。





もつと・ちよつと・きつと 役に立つ歯のおはなし

歯科金属アレルギー 治療の前に確認を



口の中でもアレルギーが出る

指輪をはめたら、そこだけ赤くなったり、かゆくなったり接触皮膚炎にかかって初めて自分が金属アレルギーである事に気づいたという方が多いのがこの病気の特徴でもあります。また、今までは平気だったのに、環境的要因で急に金属アレルギーになってしまいうという方も少なくありません。

金属アレルギーだと、アクセサリーや時計に気をつけているとおっしゃられる方も、歯科治療の際に金属アレルギーである事が治療方針までも変えるほど大きなポイントであると知っていらっしやる方は意外に少ないものです。

歯医者さんに行くときから「歯に金をかぶせる」とか「金をつめる」などよく耳にする事があります。一度虫歯などで削ったり抜いたりすると歯は再生しないので、欠けた歯や抜けた歯を加工しやすく、変質しにくいという理由で金属利用して修復するのが普通です。

金属アレルギーの患者様に対して体に合わない金属を使って治療をすると、扁平苔癬^{へんぺいたいせん}や口唇炎など口の中に症状が出てくる場合があります。しかし、口の中の粘膜は、免疫寛容という現象があるため、逆に歯科金属による症状は起こりにくいと考えられています。つまり、

口の中よりも入れた金属から離れた体の部分に起こることが多いように思われます。そうになると、なかなか歯科金属がアレルギー症状の原因として疑われることは少なく、薬による治療を行うばかりで根本的な改善に至らない例も出てきます。



アレルギー症状が薬を使っても改善しない、原因がわからないなどの場合、

歯科治療で差し歯や矯正器具、ブリッジや入れ歯など金属を使用していないかどうか確認しましょう。大阪大学歯学部と考えると、アレルギーの原因と除いた7割の患者様で症状に改善が見られたとの結果が出ています。

金属除去後、約2週間までのあいだに、一過性に症状が悪化することがあるようです。これは、削られた金属粉を吸引する事によって考えられ、除去した金属が原因である確立をさらに高まる事を示します。

もちろん除去したにも関わらず症状が改善されない場合、金属アレルギーではない可能性もありますので、その場合は他の原因の可能性を再検討する必要があります。

治療時の注意点



歯科金属アレルギーであると判明したら、**安全な歯科材料を探す**こととなります。各患者様によってアレルギー的に安全な歯科材料は異なるため、必ず確認する必要があります。もちろん、アレルギーを起こしにくいとされている、チタンやセラミックスについても同様です。費用が高額な材料だから、アレルギー的にも安全であるということではありません。

日ごろから歯の健康を保つ

歯科金属アレルギーを予防するにはどうすればよいのでしょうか。

一番の予防策は歯科金属を使用する必要のない健康な歯に自分の歯を保つことです。

しかし、現実的には、多くの方が歯科治療を必要とし、その過程で金属を中心とした歯科材料を使用することとなります。

その中で予防対策とできることは、自分に合った歯科材料(耐食性の良好な金属材料を統一して使用すること)や、歯科技術(適合のよい修復物を正しく装着することなど)を選択することです。

つまり、患者様自身が、自分の口の中で使用されている歯科材料および治療方法に関心をもつことが大切です。



川口にはB級グルメを食べに行こう

埼玉県川口市の商工会議所は、JR西川口駅西口の商店街を活性化するため、B級グルメを提供する飲食店などを誘致し、今年の11月より新たに6店舗がB級グルメタウンにオープン。西川口は以前から、もつ料理や韓国料理などの、ボリュームがあるB級グルメを提供する店が林立しており、ますます活気付くこと必死です。さあ、安くて美味しいB級グルメを食べに、お腹をすかせて西川口へ行きましょう♪



キューポラ定食

2. キューポラ定食

みごと第3回埼玉B級ご当地グルメ王決定戦で優勝した鉄分豊富な「鉄骨いなり」と辛味の利いた「雷すいとん」の定食。鋳物の町川口ならではのネーミングと美味しさ。今は「蕎麦処二幸」「たごさく」「稲廼家」で食べれます。近くサークルKで発売予定。



山東料理異味香 西川口

1. 煎人餃子

手作りの皮に、16種類の具がたっぷり入ったジューシーなジャンボスタミナ餃子。中華特有のしつこさがなく、とってもヘルシーで女性にも人気です。

異味香 西川口 1-26-2 TEL 048-258-3256

3. 焼肉ライス

西川口駅ロータリー正面にあるお店の「駅前名物焼肉ライス」。まさに甘辛のたれがからんだ厚い肉はB級グルメの安さとボリューム。

どん亭 西川口 1-5 TEL 048-251-3783



どん亭 西川口

4. おそば屋さんのハヤシライス

懐かしい、でも未体験の味。ハヤシライスがそば屋ならではの隠し味で楽しめます。もちろん、そばも美味しいし、キューポラ定食も食べれます。

そば処 二幸 西川口 1-5-4 TEL 048-255-4000



そば処二幸 西川口



簡単節約生活



携帯電話で毎月支払う利用料は、一人あたり5358円だそうです。家族がいればその分かかるといふ事です。家計にのつての負担はかなりのものですが、今や生活必需品となり、携帯電話を持たないという選択はなかなか考えられないものです。携帯各社、さまざまな料金プランやサービスがありますが、携帯電話は高機能化によって大幅に価格は上昇し、なかなか節約するのが難しいところですが、今回は少しでも安く携帯電話を利用する方法をご紹介します。

まず、節約を考えたなら家族の携帯電話会社はすべて統一するのが鉄則です。家族間の通話料やメール代が無料や割引になりますし、基本使用料の割引や契約解約料が安くなるなどの特典があるからです。

そして、月々の利用料に大きく影響を与える料金プランやパケット割をどう選んでいくかがポイントとなります。多くの人は、毎月どれくらい払っているかはわかっていても、何気なしに携帯電話を使っている、自分が月どれくらい電話して、どれくらいメールをし、ウェブを使うのかは把握していないものです。自分に合った料金プランを選択することで、日々の出費がかなり抑ええられる場合があります。まずは自分の利用状況を把握し、誰あて（家族・同僚・会社・他携帯会社）に使用していることが多いのかも確認してみましょう。把握することで、各携帯会社のホームページにある料金のシミュレーター機能を利用して、検討する際も自分に合ったものを探しやすくなりますし、左記のような一括で検討できるサイトを利用することも可能になります。

<http://www.geocities.jp/m0m0n0k1/sample2.html>

自分の利用状況を把握できると、おのずと自分のニーズもわかってきて、携帯電話を買い替える際にどのようなタイプのものを選べばいいのかもわかってきます。たとえば、メールやウェブを使用しないのなら通話専用ケータイ、子どもに与えるなら子供向けケータイ、基本的な機能があればよいのなら最新機種でなくてもかまわないのなら前のシーズンのものをという具合です。

もっと大幅に出費を抑えたいというのであれば、中古の携帯電話を活用するという手もあります。日本テレホンでは、自社が運営する併売店やベスト電器、通販サイトで中古携帯を販売しています。専用施設でちゃんと個人情報情報を消去し、クリーニングしたものなので、1シーズン前などであれば、新品の店頭価格と比べて3割から半額程度安く買えます。下取りを利用したら、さらに安くなるので、新品を購入する場合でも検討してみてもよいでしょう。

<http://www.ntel-signup.com/ecotan/reuse/index.html>



そうだ、旅にでよう

和歌山 南紀白浜への旅



直接行くなら羽田から飛行機で1時間と意外に大回りしなくても行けるらしいんですが本数も一日に片道2本！（閉鎖の話がでているわけだ。）私は新幹線で大阪まで行き、友達とそこからレンタカーで

「和歌山」というと、観光のイメージが行くまで全くなく、みかんと熊野古道ぐらいいしか思い当たらなかったと言ったら、和歌山県民に怒られてしまうかも…。

でも、ミーハー癒しに飢えた私は、やっぱり一度は世界遺産の「熊野古道」行ってみたいなあと、気合を入れて埼玉から向かったのが、熊野古道へ続く海辺の町「南紀白浜」。



この「円月島」の真ん中の穴に沈む夕日を好きな人と見れたら、幸せになれそう。そんなロマンチック度満点の円月島の穴から昼間は灯台が見えます。



「白良浜」は、白浜の象徴。長くて白いビーチは、まるで外国のビーチのよう。ハワイのワイキキビーチと友好姉妹浜というのも納得です。景観保持のために、禁煙&ポイ捨て禁止なので、子供さんも安心して海水浴できるっていいですねえ。

「海と温泉のリゾート」とアピールしている南紀白浜は、熊野古道だけじゃなく、昔からの温泉と海と山を満喫できる理想的なリゾート地。家族連れの夏の旅行にはオススメ！そこで、せっかくなので熊野古道以外で私なりのオススメポイントをご紹介します！

向かいました。そうすると、片道6時間。なかなか手軽に行けるところじゃないけど、行く価値は大ありです！

やっぱり伊勢海老とか美味しい魚介類堪能したい！そんな中、せっかくだから白浜でしか食べられないものを！となると食べて欲しいのは、この「クツエビ」！ゾウリエビとも呼ばれる希少なエビはぷりっとした歯ごたえと濃厚な味。ちょうど今頃が旬です。



1350年の歴史を誇り、かつて天皇・貴族らが入湯した温泉なんてなかなか入る機会はないけど、この「崎の湯」は歴史だけでなく、海のすぐそばにある露天風呂（壁もなにもないので）は、潮の香りや波の音を感じられ、ダイナミックな景色も堪能できます！たまに波しぶきがかかるのはご愛嬌。

太平洋の黒潮を三方から受け、さまざまな珍しい景勝地を作りあげ、2時間ドラマの舞台のよう。「千畳敷」と「三段壁」を見ると、自然のすごさを感じられます。「三段壁」には、洞くつもあり、別世界の景色も楽しめます。

