



やわらぎ会通信 Vol.53

10月31日はハロウィンのお祭りの日。日本でいうお盆にあたる「万霊節」の前夜祭で、もともとはケルト人の宗教的行事で秋の収穫を祝ったり、故人を偲んだりするところから始まり、キリスト教に取り入れられたようです。「Trick or Treat! (なんかくれ、さもなきや悪さするぞ)」といいながら玄関を叩いてはお菓子をもらい歩き、仮装をして町を練り歩くのだそうです。なんだか楽しそうですね。日本でも収穫を祝ったお祭りがありますね。この時期、広島では“いのこ”でしょうか？



藤田家の「石田さん」騒動顛末記 その②



わたくし「石田さん」でございます。水槽の上に見えている、白いジャグに入って藤田家に来ました。おかげさまでこんなに大きくなりました。食欲の秋でしょうか、近ごろはおきあみ6個ではおなががいっぱいにならなくて...。でもアピールすると10匹くらいもらえます!(^o^)

我が家の石鯛の「石田さん」(先月号参照)、それからは元気いっぱい、えさのおきあみを朝晩6個づつくらい食べてくれるようになりました。キャンプの子供たちから託された大事な魚なのでもう失敗は許されません。

そこでむし歯や歯周病に対する予防法の「除菌」の考え方を取り入れることを思いつきました。水槽は普段用の60cmと入院用の40cmと2つあるので、7日～10日に1回水換えして交互に使用することにしました。きれいな水の水槽に移す時にカルキの入った水道水に10秒間つけてからヨウ素入りの消毒薬で魚の表面を10秒間消毒します。これで鰓(えら)の中と鱗(うろこ)に付いた細菌や寄生虫を「除菌」することが出来ます。身体もきれいになった状態できれいな水槽に入るので、病原菌の繁殖を抑えることが出来ます。水槽の水も浄水器で濾過(ろか)した水で作った人工海水に半分以上替え、濾過装置もきれいに人工海水で洗います。そうするといかに水が汚れているかがわかります。これらをしないで1ヶ月以上も放っておけば病気になってしまいます。

むし歯や歯周病の予防も毎日の家庭でのお手入れに加え、1ヶ月や2ヶ月毎のプロの

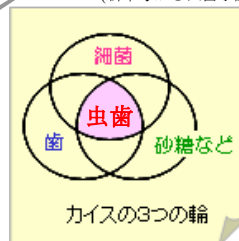
歯科衛生士による「クリーニング」と「除菌」を受けられることをお勧めします。

やわらぎ会では11月下旬ごろには専用の予防コーナーを新設する予定です。

皆様のお役に立てれば幸いです。理事長 藤田 和也



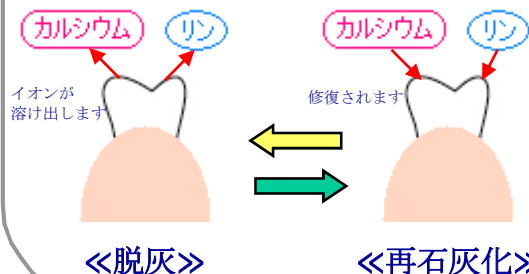
(新年号から虫歯予防について毎号違った内容で掲載しています)



虫歯予防のポイント

細菌の輪、砂糖の輪を小さくすること
歯の質を強くすること

フッ素の働き ①



私たちがお口の中では、食事の度に歯の表面で、**脱灰と再石灰化**を繰り返しています。再石灰化より脱灰が進むと、虫歯となります。

そこでフッ素はその**再石灰化を促進**する作用があります。だから食後に**フッ素**の入った歯磨き粉を使うというのは効果があるのです。



ぺぱーみんと

朝晩めっきり涼しくなりましたが、いかがお過ごしでしょうか。しかし昼間はまだ暑いですね。秋服を買っても着れない日が多く残念です。気温の差がありますので皆様、体調を崩されないようにお気をつけ下さい。

ところで秋といえばやはり食欲ですね。私はこの頃よく友達と鍋料理を食べに行きます。みんなでワイワイしながら食べるのはとても楽しいです。それに鍋料理は最後までおいしく楽しく食べられるから最高です。私は特にしゃぶしゃぶが好きです。(豚派です)最初はゴマだれで途中でポン酢にかえます。この順番、いいですよ。その時ゆず胡椒も忘れずに。とにかく秋は食べ物がおいしいですね。

みなさんもこのすばらしき秋の味覚を堪能して冬を迎える準備をしましょう。それでは今夜は何鍋に...

(上田)



※同封していますレセプト(保険診療報酬の明細)のコピーは平成17年9月にお受けになられたものです。自由診療のみの方には同封されていません。また患者様からのご意見・ご投稿を受け付けています。手紙・はがき・メールでどうぞ。メールアドレス yawaragi@fujita.gr.jp

平成17年 10月20日号
編集発行人 藤田 和也
編集者 下野 あゆみ