

★ ハーバーマーケット



▶ 4/1(日)

11時~17時 ※雨天・荒天中止

ハーバーランドのメインストリート「神戸ガス燈通り」に手作りのお店がずらりと集合。神戸でおなじみのラジオ局による「マーケットライブ」を同時開催。明るい歌声に耳をかたむけながらお気に入りの一点を探してみよう。

■ハーバーランド神戸ガス燈通り(神戸市中央区東川崎町1-3-3) ■入場無料 ■問: TEL078-360-3639(神戸ハーバーランド総合インフォメーション:10時~19時)

★ 神戸酒心館 「第5回 桜まつり」



▶ 4/1(日) 10時~16時

酒造りが続く福寿蔵の前に咲き誇る枝垂桜を愛でながら、しぼりたて新酒が楽しめる。酒米の生産地である神戸市北区大沢地区の農家による春野菜の販売、屋台コーナーでは、なた豆茶販売、酒粕の和菓子販売、酒粕の甘酒・蔵出しの新酒販売なども。

■神戸酒心館 長屋門広場(神戸市東灘区御影塚町1-8-17) ■入場無料 ■問: TEL 078-841-1121

★ 「文具と紙と暮らし市」

- ▶ 3/30(金) 11時~18時
- ▶ 3/31(土) 10時~18時
- ▶ 4/1(日) 10時~16時 (15時半受付終了)

“文具と紙”をメインに、毎日の暮らしに繋がるモノの販売やワークショップ、また作家による実演販売などを通じて、それぞれの魅力と面白さをお客様と出展者が一緒に楽しむ空間。日々の暮らしに彩りを与えてくれる“モノ”と、それを創っている“ヒト”との出会いの嬉しさと楽しさを、「文具と紙と暮らし市」を通して感じよう。

■KIITO(デザインクリエイティブセンター神戸1階メインホール) ■入場料:500円/小学生以下無料 ■問:kurashi.kobe@gmail.com ■https://kurashichi.com 主催:文具と紙と暮らし市実行委員会

たかいよしかず 「僕の絵本展」



▶ 3/24(土)~4/22(日)

11時半~19時 月・火曜定休

現在、西宮市に在住のたかいよしかずさんは、「イタリアボローニャ国際絵本原画展」にも4回入選し、絵本の世界で活躍する。「ハッピークリエイター たかいよしかず」の別名をもつ、たかいさんのアトリエをイメージした空間演出と夢のある作品群を楽しもう。

■ウラン堂(西宮市石川町9-13) ■入場無料 ■問: TEL 0798-56-8690

EVENT 阪神・神戸イベント

- 🎵 コンサート
- 🖼️ ギャラリー
- 🌟 催し
- 🏛️ ミュージアム
- 🗣️ 講座・講演

📄 掲載無料 あなたの街の情報をお待ちしております!

メール play@citylife-new.com

※応募・掲載希望月の前月8日まで(以降も受付の場合あり) ※掲載の場合のみ、編集部から連絡いたします。

📄 奥見 伊代 個展:wanderer



▶ 4/16(月)~21(土)

12時~18時(最終日は17時まで)

作品:イラストレーション/ 展示数 約30点

■ギャラリー プチボン(神戸市中央区北長狭通5-8-4) ■入場無料 ■問:090-9111-6540

🏠 ニューヨークが生んだ伝説 写真家 ソール・ライター展

Photographer Saul Leiter: A Retrospective



▶ 4/7(土)~5/20日(日)

月曜日(ただし4月30日は開館、翌5月1日は休館)

ニューヨークで第一線のファッション・カメラマンとして活躍し、近年注目される写真家ソール・ライター(1923-2013)。写真ははじめ、絵画作品やスケッチブックなどの貴重な資料を含めた約200点を一堂で紹介する日本初大回顧展。

■伊丹市立美術館(伊丹市宮の前2-5-20) ■入場料:一般800円/大高生450円/中小150円 ■問: TEL 072-772-7447

★ はじめてダンス



▶ 4/3・17(火)

子どもクラス(対象:小学6年生まで)

17時半~18時半

一般クラス(対象:中学生から)

18時40分~19時40分

ストリートダンスの動きをベースにした初心者向けダンスレッスン。ストレスも運動不足も解消して、明日からの仕事の効率をアップしよう! 毎月第1、第3火曜日開催中!

■神戸ハーバーランドスペースシアター(神戸市中央区東川崎町1-3-3) ■参加無料 ■問: TEL078-360-3335(神戸ハーバーランド株式会社)

🏠 徳広淳也 水彩画展



▶ 4/2(月)~4/7(土)

11時~18時(最終日は16時まで)

豊中市在住、京都の美大出身の徳広淳也氏はデッサン力から生まれる正確な技術の持ち主であり、海外経験も豊富。冬の景色も多く、雪や空の表現など見応えのある風景画作品展。

■画廊シャワール(川西市小1-8-1) ■入場無料 ■問: TEL 072-758-0811

★ 「ザ・トゥルー・コスト」上映会

ファストファッション真の代償



▶ 4/1(日)

14時開場 14時半開演

身近なファッション業界の問題を描くドキュメンタリー映画。

■神戸アートヴィレッジセンター(神戸市兵庫区新開地5-3-14) ■900円(前売り)/1,000円(当日券) ■問: TEL 078-856-2123(W・I・S・H)

**invisalign**

### 特別編 意外と知らないの健康知識

## 「インビザライン」注目の治療法

矯正治療を行う上で患者さんにとってイメージの悪いワイヤー装置を使う時代が長くありましたが、新たな時代を迎えようとしています。コンピュータで治療をシミュレートして設計した「インビザライン」というマウスピースを交換しながら治療する方法です。利点としては、●透明なプラスチック製の装置なので目立たない。●取り外して食事が可能。●発音等にも支障が出にくい。●歯磨きも非常に簡単で虫歯になりにくい。●食べ物に制限がない。

また、従来型の装置と変わらない治療レベルに到達しています。当院が率先して行っている「歯を抜かない矯正」と非常に親和性が高い治療法です。

### イマドキの矯正治療

気になる子どもの歯並びや噛み合わせ。最近の歯列矯正について知りたいママのために、黒瀬矯正歯科の黒瀬匡順先生にお話を伺いました。

### 平均寿命が100歳に近くなると言われる子ども達のために

私が、歯を抜かない矯正を実践し始めて20年が経ちます。なぜ抜かずに治療できるかというと、核心は奥歯にあります。特に6歳臼歯といわれる第一大臼歯を元の位置に戻して、立て直してから歯を並べるといって工程を入れるだけで、今まで抜いていたケースがほとんど抜かずに済み、非抜歯率は

矯正治療を行う上で患者さんにとってイメージの悪いワイヤー装置を使う時代が長くありましたが、新たな時代を迎えようとしています。コンピュータで治療をシミュレートして設計した「インビザライン」というマウスピースを交換しながら治療する方法です。利点としては、●透明なプラスチック製の装置なので目立たない。●取り外して食事が可能。●発音等にも支障が出にくい。●歯磨きも非常に簡単で虫歯になりにくい。●食べ物に制限がない。

また、従来型の装置と変わらない治療レベルに到達しています。当院が率先して行っている「歯を抜かない矯正」と非常に親和性が高い治療法です。

### 抜いて治す 矯正の問題点は?

近年、アメリカでは抜歯による矯正はほとんど見かけなくなりましたが、日本ではまだ抜歯で治す矯正が多いのが現状です。抜歯での治療では、①歯の本数が減るので咀嚼効率(咬む効率)が下がります。②顎の側方運動(横に動かす)の時に支える歯の本数が少なく、不安定になる。③将来万が一入れ歯になった場合に、それを支える歯が少なく、設計が不利になる、などの問題点があります。非抜歯治療ならこれらは避けられます。一方、利点は治療期間が6ヶ月ほど短縮されることしかありません。抜かずに治すと出っ歯になります。特殊なケースですが、特殊なケースでない限りそういうことはありません。

### 成長に合わせて効果的な治療を

矯正治療は、大きく分けて乳歯がたかさん残っている状態から始める「第1期治療」と永久歯に対して行う「本格的な矯正」があります。第1期治療(4~10歳)のメリットは、この治療だけで終われる可能性があり、結果として費用も少なく期間も短くすむことです。また、万これでも治りきらなかったとしても歯の生えている場所の骨を広げることができ、次の本格的な矯正がかなり有利に進められます。

永久歯の本格的な矯正の開始時期は混合歯列後期(10~11歳)がベストで、この時期は骨も柔らかく成長が利用できるの比較的治療期間が短くすみます。また、この時期に行うことで非抜歯での成功率は100%に近くになります。歯並びが悪い状態で「第2期治療」を行わないとほとんどの方が本格的な永久歯の矯正が必要となり、期間も長く、費用もかなり高くなります。「何かおかしいな」と思われたら、早めに専門医に相談されることをおすすめします。特に受け口や開咬(前歯が咬んでいない)ケースは迅速に対応しないと治りにくくなります。

### この方に伺いました

黒瀬矯正歯科 院長 黒瀬 匡順 先生

1997年東北歯科大学卒。大阪歯科大学総合臨床部入局。1998年大阪歯科大学臨床研修医課程修了。大阪歯科大学歯科矯正学講座入局。2006年神戸市東灘区に黒瀬矯正歯科開設。2013年から日本非抜歯矯正研究会コアメンバーに就任。2014年からマスターメンバーに就任。

症例 Before After

症例 Before After

症例 Before After

【取材協力】黒瀬矯正歯科 <クロセキョウセイシカ>

神戸市東灘区御影本町2-15-19 御影本町ビル2F(阪神御影駅徒歩1分)

診療時間 / 10時~12時・13時~19時 休診日 / 月曜 第2・4土曜、第1・3日曜、祝日

※休診日は学会及び研究会等で変更になることがあります。

☎078-856-6600 治療費など詳しいことは 黒瀬矯正歯科 で検索

http://www.kurose-ortho.com/

From CityLife

## CityLife ファミリーモデル募集中

シティライフ紙面にご登場いただけるファミリーを募集しています。

■応募方法■ メールが郵送にて。応募の動機、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、TELを記載し、上半身と全身のお写真をお送りください。(随時受付) ※郵送の場合、お送りいただいた書類は返却はいたしませんので予めご了承下さい。

パパの応募 待ってます!

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23

シティライフ ファミリーモデル係

メール info@citylife-new.com

※ご応募いただいた方は読者モデルとして登録いたします。(登録期限は特にありません) ご依頼の際は編集部から連絡いたします。