



意外と知らない歯の健康知識

## 健康な歯を維持するための正しい口腔ケアはできていますか？

日本人の8割が歯周病と言われる昨今。口腔ケアが大事とは知りつつも、正しい口腔ケアを知らない人も多いのでは？そこで虫歯や歯周病の予防メンテナンスなど、正しい口腔ケアについて菅院長にお話しをお伺いしました。

### 正しい口腔ケアで虫歯・歯周病を予防

フロス(糸ようじ)は使っていますか？日本では5人に1人しかフロスを使っていないのに対し、「予防歯科」先進国のフィンランドでは半数以上の方がフロスを使っています。70歳で残っている本数に5本も違いがあります。フロスをする

### 歯のことは気軽ににご相談を

歯科用CTも完備しており、「正確な診断、最適な治療」、「無理なく通える正直な歯科医院」を理念に、どんな治療が考えられるのかを

この先生に聞きました!



SGデンタルクリニック高槻 菅 雄祐院長  
日本口腔外科学会、日本口腔インプラント学会、日本歯科審美学会、日本補綴歯科学会、日本歯周病学会、日本口腔腫瘍学会、日本口腔科学会所属



今年4月にOPENしたばかりの清潔感溢れるクリニック。JR高槻駅北口から徒歩3分と駅チカ便利で通いやすい!

### 歯の健康セルフチェック

1つでも当てはまる人は要注意!  
一度検診することをおすすめします。

#### 【虫歯の疑い】

- 歯が黒くなっている
- 冷たいものがしみる
- 熱いものがしみる
- 歯がかけた
- 前に入れた詰め物がとれたor壊れた

#### 【歯周病の疑い(歯槽膿漏)】

- 歯を磨くと血がでる
- 歯ぐきのはれいている
- なんとなく歯が浮いた感じがする
- 歯がぐらぐらしている
- 口臭が気になる



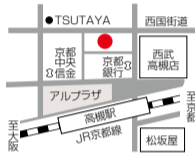
キッズスペースがあるファミリールームも完備。

### SGデンタルクリニック高槻

☎072-668-1280

高槻市芥川町1-15-15 UIビル 1F  
営業 10時~20時  
火曜定休(お昼休みなし)

<https://sg-dental-takatsuki.com/>



### 矯正医による無料相談会

歯ならびのお悩みや不安など何でも気軽に相談ください!

5/2(水)・5/18(金) 17時~  
ご希望の方は、希望時間を電話にてご予約ください。

かみ合わせ

## 確実にずれている「現代人のあご」 気になる方は講習会で解決しよう



北村 幹夫院長  
日本咬合学会 専門医・指導医、日本咬合学会 副会長

かみ合わせで大切な下顎の骨は、1キ口もあるのに筋肉でぶら下がっているだけの、ズレやすい骨です。この骨がズレると、身体のバランスが崩れ、様々な箇所に不調を引き起こします。肩こりや腰痛も、実は顎のズレが原因であることが

多いです。ズレを治すことで左右のバランスが良くなり、さまざまな不調も改善されます。たかが顎のズレと侮ってはいけません。気になる方はご相談ください。

- 顎がずれるとこんな症状が現れる
- 頭痛・集中力ない・疲れやすい
  - 顎の痛みや雑音
  - 首こり・肩こり・背中や腰の痛み
  - 股関節や膝の痛み・脚のしびれや痛み
  - 手や足の冷え

### かみ合わせ講習会

【参加無料】  
日時:6/30(土)10時~12時  
場所:高槻商工会議所  
高槻市大手町3-46  
定員:20名 申込:電話にてセルフチェックの方法などお話しします。終了後個別相談も可。

### きたむら歯科医院

☎072-688-8148  
高槻市弥生が丘町27-23  
診 9時~11時  
14時~17時  
休日:木曜・日曜・祝日・隔週土曜  
[高槻市 きたむら歯科]で検索



口腔機能低下症  
オーラルフレイル

## オーラルフレイルと口腔機能低下症 早期に発見し診断とアンチエイジングが重要

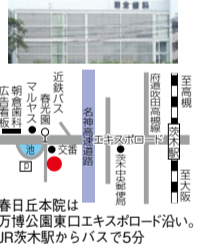


朝倉 勉 院長  
歯学博士  
日本歯周病学会歯科医専攻指導医  
大阪大学歯学部歯科医専攻  
臨床研修指導医

フレイル(虚弱)とは日常生活の活動量、身体能力、握力の低下を基準として、加齢に伴い健康障害を招きやすい状態のことです。口腔機能がわずかに低下した状態がオーラルフレイルで、進行すると口腔機能低下症となり、7つの症状、口腔

不潔、口腔乾燥、咬合力低下、舌口唇運動機能低下、低舌圧、咀嚼機能低下、嚥下機能低下のうち3つあると口腔機能低下症と診断します。噛むことは、栄養摂取を良好にし認知症やロコモティブシンドローム(筋力及び筋肉量の減少)を抑える事に繋がります。アンチエイジングが重要です。詳しくはかかりつけの歯科医院にご相談下さい。

【歯科セカンドオピニオン外来】  
歯周病、インプラント、入れ歯、CT画像診断、歯並び、ホワイトニング、金属アレルギー、審美歯科などはお気軽にご相談ください。  
歯のお悩みご相談は春日丘本院で院長が行っております。  
☎0120-468-321  
HP:<http://asakura-dental.com>



### 摂津市商工会

## “ワタシ”だけの“未来のビジネス”を創りたいあなたへ... 北摂地域連携！起業家×企業家交流会！ with大阪人間科学大学

ビジネスの構造を設計するための世界的標準ツール「ビジネスモデルキャンパス」を活用し、VUCA(不安定・不確実・複雑・曖昧)な現代において、事業を継続していくための必須能力である「変化・進化」し続ける力を磨くワークショップ。

- 第1回 5月30日(水)19時~21時
  - 第2回 6月21日(木)10時~12時
  - 第3回 7月24日(火)14時~16時
  - 第4回 10月12日(金)13時~14時
- 場所:第1~3回は摂津市産業支援ルーム(摂津市南千里丘4-35 3F)参加費500円  
第4回は大阪人間科学大学 摂津市正雀1-4-1  
参加費無料 各日定員40名(先着順)  
講師 岡田 明穂氏 (一社)関西ドラポ代表理事 中小企業診断士

申込 摂津市商工会 06-6318-2800  
詳しくはHPを。摂津市商工会で検索

### 茨木商工会議所

## 第7回 茨木まちゼミ 全17講座 市内各地で開催

地域の店主が講師となり、「くらしをちょっと豊かにする」知識やワークショップを開催します。セールスや販売行為は一切ございません。安心してお楽しみ下さい!

【開催期間】  
5月18日~7月1日  
【開催場所】まちゼミ参加店舗及び茨木にぎわい亭  
【講師】参加店舗の店主及び販売員さんなど  
【申込】5月11日(金)~各店舗で受付。  
全17講座の詳細や申込み電話番号は、茨木商工会議所ホームページをご確認ください。  
[www.ibaraki-cci.or.jp/](http://www.ibaraki-cci.or.jp/)



### 高槻商工会議所

## すぐに役立つ!職場で役立つビジネスマナー 接客・電話対応レベルアップ講座

日時:7月19日(木)  
(午前の部)9:30~12:00  
顧客満足・接客対応編  
(午後の部)13:00~15:30  
電話対応編  
場所:当所4階大ホール  
受講料:会員1講座3,000円  
2講座6,000円  
一般1講座6,000円/2講座12,000円(テキスト代・消費税込)  
対象:接客のお仕事をしている方、中堅・若手社員の方、マナーの基本をもう一度学びたい方、部下や後輩を指導する立場の方等  
定員:30名 午前のみ午後のみでも受講可  
問合せ 高槻商工会議所中小企業相談所  
☎072-675-0484  
詳しいカリキュラム等は当所ホームページをご覧ください。  
<http://www.takatsukicci.or.jp>

## 商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN  
商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは?そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します!