

皆さん、こんにちは

いよいよ夏ですね。海に山にとレジャーを楽しむ季節ですね。

水分補給はしっかりと摂り、熱中症に気をつけて元気に過ごしましょう。

《お口の健康のために》

お子さまには、仕上げ磨きで ピカピカ☆ムシ歯ゼロに！！

歯磨きは、ムシ歯予防の基本ですが、文字通りに“歯を磨く”のではなく、

いかに、『きちんと歯垢（＝プラーカ：ムシ歯菌などのバイ菌の塊）を取り除く』事が大切なのです。

赤ちゃんや小さなお子さんはもちろんですが、小学校1～2年生くらいの年齢になってしまふ多くの場合がきちんと歯垢を取り除くのはなかなか難しいようです。ちょうどこの頃は「乳歯→永久歯」への交換がはじまる時期でもあるので、生え始めの未熟な永久歯はムシ歯になり易いのでしっかりと歯垢を除去する必要があります。さらに、生え始めは高さが低いので歯並びもデコボコで歯ブラシも当てにくくなり、余計にキレイにしにくくなっています。ですから、保護者の方がどこにどんな感じで生えているかなどをきちんと把握してあげることがとても大切です。

お一人目のお子さんは十分管理してあげられたご家庭でも、新たにご兄弟姉妹が増えて手が掛かるようになると上のお子さんのムシ歯が増えるというケースもあります。小さなお子さんのいるご家庭は本当に忙しく大変ですよね。そこを何とか1日1回、少しの時間でも良いので、お兄ちゃん・お姉ちゃんのお口をのぞいてあげましょう。



お子さんの仕上げ磨きをキチンとする為には、保護者の方がまずキチンとした“歯磨き”的仕方を知っていることが何よりです。一度、歯科医院で歯磨き指導を受けていただくと良いと思います。



今月のおすすめスポット

《平塚七夕まつり》



7月2～5日に開催され、市内中心街には約500本、全域で約3,000本の竹飾りが掲出され、特にメイン会場である「湘南スターモール」には絢爛豪華な約90本の飾りが掲出されます。

今月のおすすめレシピ

フルーツのブランマンジェ



材料(カップ8個分)

牛乳 500cc
砂糖 70g
粉ゼラチン 10g
生クリーム 100cc
アーモンドエッセンス
(好みで) 適量

1) 粉ゼラチンを大さじ6の
お湯(分量外)で溶かす。

2) 銅に牛乳・砂糖を入れて
火にかける。

※砂糖が溶ければOKです。

3) 2に溶かしたゼラチン・
生クリーム・アーモンド
エッセンスを混ぜ、
カップに入れて冷やす。

ポイント

お好みでフルーツ・ジャム・
ヨーグルトソースなどを
添えてもおいしいです

今月のおすすめおログズ

レノビーゴ

〇フッ素イオンスプレー。
赤ちゃんから大人まで使用
できます。歯みがき後には
フッ素でムシ歯予防を！



当院 ￥1,200-(税込)

当院のHPです。

<http://www.marguerite-dental.com/>

院長ブログはじめました。
当院HPからバナーをクリックください。

かおるママ歯科医師の



南林間 MINAMIRINKAN
マーガレット歯科クリニック

南林間駅 西口から 駅への階段途中の入り口から入って、カルチャーセンター受付の先

ニコニコ

TEL : 046-278-2525

《小田急マルシェ駐車場利用できます（1h無料）》

<http://www.marguerite-dental.com/>



〒242-0006

神奈川県大和市南林間1-6-11
小田急マルシェ南林間2F