

# かわむらばん

No. 130 2020. 2. 5 発行



2月というと、バレンタイン Day くらいしか、思い付かれないのですが、今年はおリンピック year 年で 29日があります。そして、休日が1日増えています。天皇誕生日です。2月22~24日の3連休の人も多いかと思ひます。学校もお休みですね。高校・大学入試や、看護師さん・歯科衛生士さんなどの試験がある方は、今が一番の頑張り時ですね。最後の追い込みをする事も当日ベストパフォーマンスを発揮するためにも、体調を整えることも重要です。そこでおすすめが **エピソード水** です。これでお口の中をぶくぶくうがい + のどの奥をからからうがい。2種類のうがいで、風邪などの感染症の予防をしちゃいます。手洗い、マスク着用に加えてみて下さいね。



バレンタイン Day には やっぱり

“キシトール 100% チョコレート”

どうしてもチョコを口にする機会が



増えるこの時期、お子さまにも安心して

あげられるチョコレートです。また、キシトールは

血糖値に影響しませんが、年配の方にも安心です。

1袋 20粒入りの個別包装なので、小分けしてかきくわッピングするのも良いですね。むし歯予防にも効果

キシトール 100% チョコレートを、あはれの大切なお友達のプレゼントにどうぞ。1袋 700円 で販売しております。

**ニコニコクラブ卒業おめでとう!** 今年の3月で 8名の中3生がニコニコクラブを卒業します。大人には、でも歯で困ることのない人生を送っていただくのが願ひです。

## 誤嚥性肺炎を防ぐには... ?

加齢と共に食べ物をかみくだいたり、飲み込んだりする力が弱くなると、水や食物が誤って肺の方へ入ってしまう肺炎を起こします。高齢者にとっては命取りにもなりかねない**誤嚥性肺炎**ですが、予防法の1つに口腔ケアがあります。お口の中をいつもキレイにしていると、食べ物と一緒にお口の中の菌が肺に入って肺炎を起こすことを防いでくれます。総義歯の方も、義歯はもらさん、舌や口腔粘膜をいつもキレイにしておきましょう。自分の歯がたくさん残っている人も、そうではない人もかわむら歯科で**定期的ほりーニング**を受けて、美味しい物をしっかりと飲んで健康に過ごして下さいね。

## 院内書き初め大会 Report

今年も1月いっぱい診療用エアを横にするを良く見える場所に、院長、



患者さん、スタッフの力作を展示して来られたほか、あつたに載せてみました。皆さんの参加をお待ちしております。

