

しあわせはこぶくローバー通信

TEL: 023-685-8741

山形市 よしはら歯科医院

検索

歯を失うだけじゃない！ 歯周病が全身に及ぼす悪影響

虫歯と共に歯を失う原因として知られている歯周病。

口臭の大きな原因となっているこの歯周病、実は歯を

失うだけでなく、全身の健康にも大きく関わっているの

です。また一方生活習慣によってこの病気になる危険性が高い事から生活習慣病と認定さ

れています。歯と歯肉の境目の清掃が行き届かないでいると、そこに多くの細菌が停滞し歯

肉が炎症を帯びて赤くなったり腫れたりします。(痛みは感じにくいです)そして進行すると歯

周ポケットが深くなり、歯を支える歯槽骨が溶けて歯が動くようになり、最後は抜歯をしなければ

いけないなくなってしまいます。毎日の食生活を含めた生活習慣を見直し、歯周病を予防する

事が全身の生活習慣病を予防する事に

つながります。～長寿の鍵は口にあり～

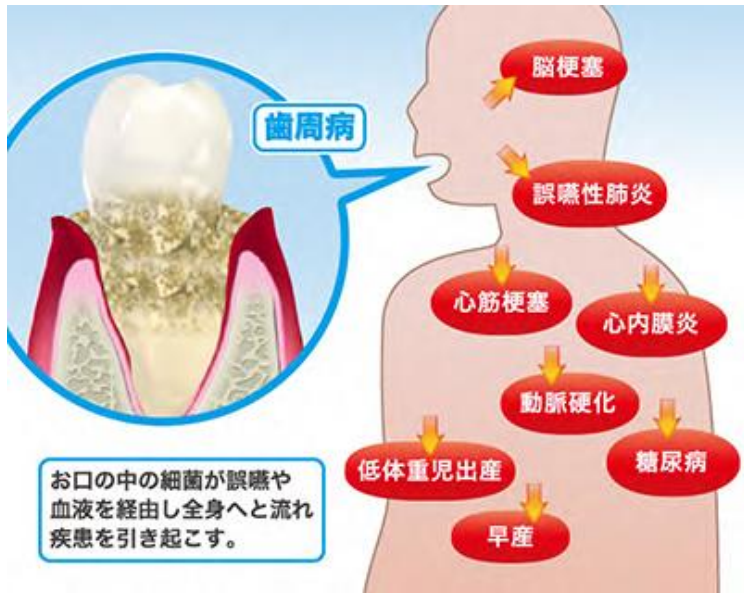
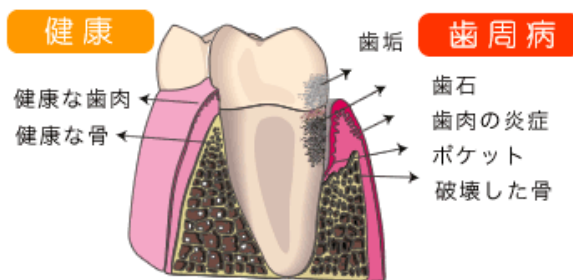
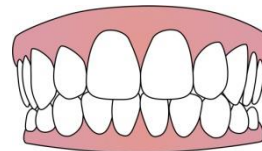
毎日丁寧に歯を磨く、口の中を清潔に保

つ、ご自分で行う口腔ケアだけではなく、

半年に一度は歯科医院を受診して頂き生

活習慣も含め口腔内のプロフェッショナル

ケアをお勧めします。



私のふるさと紹介 ～上山編～

「かかし祭り」

今回は上山市のかかし祭りをご紹介します！1971年から毎年開かれ、全国各地から様々なかかしが集まります。今年は9月30日から10月9日の10日間、月岡公園での開催です。テーマは「思い出かかし」です。毎年、ユニークなかかしが勢ぞろいで、世相を反映したものや、キャラクター、伝統的なかかしなど数百体が展示されます。上山城とかかしのコラボレーションは見応えがありそうですね！私も見に行ったことがあります、その年で、話題になった人などが展示されていて飽きずに楽しく見ることができます。開催される時期は、肌寒い季節になりますので、その際は近くに足湯や日帰り温泉などもありますので温まって帰ることができます。秋の上山温泉へぜひ足を運んでみてください☆彡



9月のクッキング

さつまいものバター焼き

材料

さつまいも 1本 バター 15～20g 塩コショウ 適量
砂糖 大さじ2分の1

作り方

1、さつまいもは写真のように1cm幅に切り、水にさらす。



2、10分くらい水にさらしたら、水気を切りすぎない程度にして皿にのせ、ラップをかけレンジで（500w）3分くらい加熱する。

3、フライパンを熱してバターを溶かし、さつまいもを入れて塩コショウをして焼く。

4、最後に砂糖をからめながら焼いて出来上がり♪

