

しあわせはこぶ クローバー通信

TEL: 023-685-8741

山形市 よしはら歯科医院

検索



春です綺麗な口元で新生活



まだまだ寒いですが少しずつ暖かい日差しが感じられるようになってきました。よしはら歯科医院では検診や歯のクリーニングのご予約が多くなっています。新生活は綺麗な口元でスタートしたいですね♪おすすめのクリーニングをご紹介します。

PMT C (プロフェッショナル・トゥース・クリーニング) とは?

虫歯や歯周病の原因となる歯垢(プラーク)や食べ物やタバコでついた着色汚れなどは毎日のブラッシングでは取りきれません。PMT Cとは歯科医院にて専用の器具を使用して行うクリーニングのことです。毎日のブラッシングに加えて定期的に行う事で蓄積しがちな歯垢や着色汚れ、細菌(バイオフィーム)を取り除き、虫歯や歯周病を防ぐ事が出来ます。

PMT Cはこんな方に特におすすめ

- ・口の中をすっきりさせたい方(きちんと歯を磨けてないと思う方は蓄積した歯垢を取る事で口がすっきりします。)
- ・被せ物やブリッジ、インプラントをしている方(被せ物の周りは歯ブラシが届かない場合があります。毎日のブラッシングの手助けになります。)
- ・喫煙されている方、コーヒー、ワイン等が好きな方(真っ黒に着色してしまった歯も綺麗になります。)

PMT Cの効果

歯周病や虫歯の温床となるバイオフィームを除去できるというのがPMT Cを行う最大のメリットです。PMT Cによってバイオフィームを取り除いてからフッ素でコーティングすれば、歯磨きの効果が増し虫歯をしっかり予防する事ができるでしょう。また、歯の表面に付いている汚れや着色物を取り除く事で、歯の白さや輝きを取り戻せるのも魅力です。

よしはら歯科のPMT Cメニュー

着色除去・バイオフィーム除去

☆着色(多) 60分コース・・・8640円

☆着色(少) 45分コース・・・7020円

☆全体の治療を終了されている方バイオフィーム除去・・・5400円

☆プラークのみ除去クレンジング・・・2160円

☆オプション・・・フッ素塗布(PMT Cと組み合わせの場合) 500円

☆入れ歯の洗浄・・・1080円(入れ歯にも歯石や着色が付きまします。)

☆子供さんの着色についてはご相談下さい。~~PMT Cは自費診療になります。~~



私のふるさと紹介 ～上山編～

今月3日はひな祭りですね。上山市にもお雛様を展示しているところがあります。今日はそちらをご紹介します。



1 上山城資料館

期間3月3日～4月3日まで 入場料あり

2 博物館 蟹仙洞

期間3月2日～4月16日まで 入場料あり

江戸時代から昭和時代まで、歴史ある雛人形が数多く展示されています。

3 武家屋敷 旧菅我部家

期間3月17日～25日 無料

旧菅我部家の子孫の方の雛人形や、地元の方の雛人形が展示されています。

4 榎下宿 山田屋

期間3月17～25日 無料

榎下地区に伝わる雛人形など約300体が展示されています。古民家に飾られた雛人形を見ながら宿場町として栄えた榎下宿を歩いてみるのも良いです。

5 長屋門ギャラリー

期間3月17日～25日 無料

ヘアゴムや古布での花のピン作りなどの体験教室も行われています(参加料あり)。ぜひ、この機会に参加してみたいですね。



噛む噛むクッキング

ジャガイモのチーズガレット

材料

- ・じゃがいも・・・3個
- ・塩・・・小さじ1/2
- ・ピザ用チーズ・・・60g
- ・サラダ油・・・大さじ1



作り方

- (1) ジャがいもは千切りにし、ボウルに入れる(水にさらさない)ピザ用チーズと塩を加えて混ぜる。
- (2) フライパンにサラダ油大さじ1/2を熱し、(1)を1/6ずつ3個(3人分)平らに円形にまとめるように入れる。
- (3) 弱めの中火で3～4分焼き、周りが少し透明になってきつね色に焼けたら、上下を返して片面も3～4分焼いて火を通す。同じようにもう3個焼く。