

## 風通信H20年10月号

神戸市灘区六甲台町5-31カラム六甲1F  
むらまつ歯科医院 (078-871-4180)

ゲリラ豪雨に雷に強風に…変な天気続きでしたが、ようやく過ごしやすい季節になりました。それにしても温暖化の影響か、最近の日本の気候は熱帯雨林化している気が…環境問題対策がとても大切ですね！

### <灘区歯科医師会会員従業員旅行>



2年に1度くらいですが、灘区歯科医師会の会員従業員旅行なるものがあります。今回は淡路島に地引き網漁の体験に行ってきました。むらまつ

歯科からもスタッフが大勢参加しました！

神戸からバスで1時間半ほど…南淡路の丸山海水浴場に到着です。みんなで軍手をはめて地引き網を引く事10分ほど…鯛やタコや小アジの入った網が見えてきました！すごいものですね～ピチピチはねている魚達に大喜びの子ども&スタッフ達でありました(笑) 捕まえた魚は近くの民宿でお刺身や宝楽焼きなどにしておい



しい料理に舌鼓です。帰りには鳴門海峡大橋にある「渦の道」を散策…大橋を真下に海峡を見ながら歩けるのですが、残念ながら鳴門の渦潮は見られませんでした！それでも心地よい風を感じながらのお散歩となりました。若い女の子達は、旅の楽しみ方をよく知ってますよねえ～キャッキョとみんなで楽しんでいるスタッフ達を見ているだけで、こちらも楽しくなりました(笑)

### <歯周病の話>

歯周病って、歯の事だけだと思いませんか？歯が抜けるだけ…それだけではないのです！歯周病は全身疾患との関わり合いがとても大きく、糖尿病を進行させたり、虚血性心疾患の原因であるアテローム性動脈硬化症に関係していたり、早産や低体重児出産の原因だったり、誤嚥性肺炎を引き起こしたりします。誤嚥性肺炎は咳反射の低下した高齢者に多く見られ、死に至る事

もあります。口腔ケアをキチンとしていれば誤嚥性肺炎にかかる割合は半減するというデータもあります。また歯周病の妊婦さんは、早期低体重児出産に対しては5.28倍の危険率があります。歯の定期検診は、健康で幸せな生活を守るために必要なのです！

### 院長の食べ物ネタ 「戻母依郷」



阪神新在家駅の道路を挟んだ左手（ローソンとかまど屋の間）にある定食カフェです。ワンコインランチは500円…お総菜4品に御飯とお味噌汁の「お総菜ランチ」は700円！野菜たっぷりのハンバーグランチは600円です。安いですね～ひと品ずつとても丁寧に作ってあり、温かさが伝わってきます♪カフェメニューも充実していて、夜のセットもオススメですよ！住所：神戸市灘区浜田町3-5-12-102、電話078-822-8050営業時間：12:00～16:00まで18:00～23:00まで(毎水曜日は21:30まで)定休日：木曜日・第三水曜日

