

## 風通信H21年3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)

今年は雪が少し積もった事が1度くらいで、比較的暖かい冬だった気がします。例年クルマが動けないくらい雪が積もる事があるのですが…雪国育ちとしては寂しい気もしますが、桜の季節が待ち遠しくもありますね♪



### <スープ&サラダ>

ちょうど1年前に栄町の小福カフェで買った通勤用のバッグが壊れてしまい、新しいバッグを物色中…たまに覗いている銀一のネットショップで、展示品半額処分のクランプラーのメッセンジャーバッグを見つけました。『クランプラーは1995年、オーストラリアで3人の自転車便メッセンジャーによって設立されました。彼ら「メッセンジャー」のバックは肩に袈裟掛けで使うスタイルが特徴で、機能性のみならず、デザインと色使いが卓越しています』名前が「スープ アンド サラダ」というメッセンジャーバッグ…名前のかわい



さにやられました

(笑) 皮のバッグも魅力的ですが、重たいのと雨に弱いので敬遠してしまいますね。カメラバッグでも有名なクランプラーですが、このメッセンジャーバッグの使い勝手はどうでしょうか？



### <歯周病がエイズを活性化>

歯周病の病原菌が作り出す酪酸が、潜伏しているエイズウイルスを活性化させてエイズを発症させる恐れがある…そんな研究が発表されました。歯周病が糖尿病や心臓疾患にかかわっている事は今までに報告されていますが、今回の研究はお口を清潔に保ち定期的なチェックとメンテナンスの大切さが再認識される事になるかと思えます。

歯のまわりに付着する歯垢1mgには1千万個以上の細菌が入っています。歯周病は「サイレントディジーズ」と呼ばれ、症状もなく気がつかない間に進行していきます。なんか最近歯の調子が悪いなあ〜と歯科医院に来られる頃には中等度の歯周病に進行している事も多いですね！永久歯28本に中等度の歯周病がある



という事は、手のひらが真っ赤に腫れ上がっているのと同じくらいの炎症とダメージがあります。妊婦さんに歯周病があると早産や低体重児出産のリスクも高まります。仕事が忙しくて…子育てが大変で…勉強に時間を取られて…皆さんお忙しいと思いますが、たまには歯医者さんで定期健診を受けてみて下さいね！

院長の食べ物ネタ  
「E.H BANK」



旧居留地9番館チャータービル内にあるカフェです。「いっぱい野菜とスープとパンのランチ」…850円！女性には大人気のメニューですね。結構ボリュームがあります(^^)ワンプレートランチ(今日のメインとパスタがハーフサイズずつ)…1,200円。とても雰囲気のある建物です。トイレが金庫の中にあるなんてシャレたお店です。神戸市中央区海岸通9番地チャータービル1F 078 (331) 6553 平日・土曜日AM11:30 ~AM5:00 日曜・祝日AM11:30~AM3:00 定休日：無

