

Present for You

携帯版ホームページ



QRコード未対応携帯の方は
URLを直接ご入力下さい。
www.tokizane.com/_wp/

ときざね矯正歯科 2011年春号 <http://www.tokizane.com>

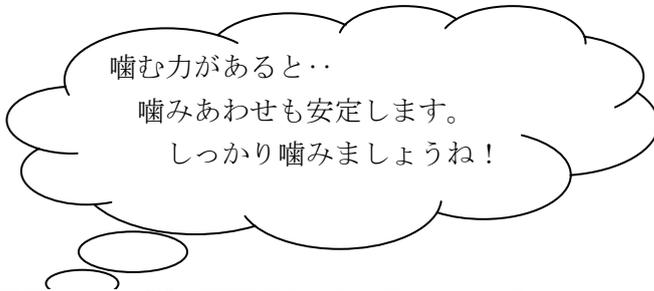
ときざね矯正歯科ケータイサイト

- ★ 予約や予約の変更が PC や携帯からできるようになりました。詳しくはお尋ねください。
- ★ スタッフブログがホームページや携帯サイトから見れます。よかったら見て下さいね。

よく噛むと賢くなるよ！



- ★ 硬い物を噛むほど、脳の血流も上がります。
- 噛み応えのある食べ物を噛むことは、脳の活性化に大切ですね。



噛むことの8大効用 「卑弥呼の歯がいーぜ」

ひ

肥満予防

よく噛むと満腹感で、食べすぎない。

み

味覚が発達

よく噛んで多くの食べ物を食べれば味覚が発達。

こ

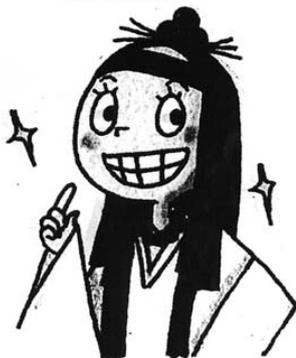
言葉の発音がはっきり

口の周りの筋肉が発達して発音がよくなる。

の

脳の発達

噛む刺激で、脳の働きが活発に。



は

歯の病気の予防

噛むと唾液が出て、歯を守る。

が

がん予防

唾液が発がん性物質の毒性を抑える。

いー

胃腸快調

噛むと消化酵素がたくさん出て、消化を促進。

ぜ

全身の体力向上

よく噛むと、体力が入り、体力も活性化。



お薦めフッ素ジェル

成人の方にお薦めです。フッ素ジェルにより歯の質を強化し、殺菌剤により虫歯・歯周病予防になります。

←ジェルコート

税込み価格 1050 円

受付より

★ 定期観察の患者様に★

ご予約日時の確認のお電話を
させて頂いております。
お電話不要の場合はお伝えください。
よろしくお願いたします。



矯正治療を 頑張られた方のお声をお聞きください。 2011年春号

- ★治療を始める前：ちょとどきどきした。
- ★治療を終えて： はならびがよくなってうれしい。(K. N君 9歳)



☆お母様から
きれいになったね。おめでとう。食べにくかったり、しゃべりにくかったりした時もありましたが、がんばってくれました。これからは歯みがきがんばろうね。

初め、どきどきしていたんだ。よく頑張ったね！いつも兄弟仲良く来られていて素敵だなと思っています。これから横の歯が大人の歯（永久歯）に生え変わります。歯磨きがんばろうね。

- ★治療を始める前：**楽しみだった！**
- ★治療を終えて：はならびがとてもよくなってうれしかった。
(家田 祐希ちゃん 8歳女の子)

☆お母様から
あっという間の一年でした。装置に慣れるまでは少しつらそうでしたが、すぐに慣れたようです。きれいな歯並びになって、笑顔で喜んでいる様子を見ると、矯正治療してよかったなと思います。



いつも元気で可愛いユウキちゃん。診療室に入るとき、姿勢よく元気に入ってくる姿がとっても素敵です。装置もよく頑張ったね。これから横の永久歯が生えてきます。きれいな歯並びを保っていきましょうね。

- ★治療を始める前：少しどきどきした。
- ★治療を終えて：うれしい！（9歳女の子）



☆お母様から
歯並びが悪いとは感じていましたが、もう少し大きくなってからと考えていましたが、本人の希望で治療することにしました。とりはずしの装置はやはり一声かけないと忘れることが多く、しゃべりにくい、食べれないなど本人には何かと不便を感じていたと思います。でも、いやがらず治療して、思ったより早く歯ならびがきれいになりました。そして子供の歯が予想以上に動く事にびっくりしました。早く治療を始めてよかったと思います。

自分から、矯正したいと言ったんだ！頑張ったから、早くきれいに治りました。よくがんばりました。これからはきれいな歯並びを保つようにしていこうね。

- ★治療を始める前：めんどくさかった。
- ★治療を終えて：歯ならびがよくなってうれしかった。(R.T 君 12 歳)



☆お母様から

毎回明るく楽しい雰囲気の中で治療していただいて、ありがとうございました。歯や骨の成長に関するお話や必要な栄養のお話をしていただいたのもよかったです。歯並びが良くなったことと、息子が歯を丁寧に磨く習慣がついたことに感謝しております。ありがとうございました。

お家でも丁寧に歯を磨いているとお母様がほめてられました。装置もよく頑張ったよね。もともと受け口なので、背が伸びるときに噛みあわせが変わることがあります。しっかり噛んでかみ合わせを保とうね。

- ★治療を始める前：とても緊張しました。でも自分の歯並びが嫌いだったので、きれいになりたいという気持ちが大きかったです。
- ★治療を終えて：こんなに綺麗な歯になれて本当にうれしくて幸せです。もっともっとたくさん笑いたいと思えるようになりました。辛い事もあったけど、**本当に矯正して良かったと思います!!!** と思える (R.S 様 16 歳女性)

クラブ活動もしながらよく頑張りました。きれいになったね。どのような素敵な未来が待っているのかな。

- ★始める前：歯並びが気になって、口を大きく開けて話さないことがあった。本当に歯並びが良くなるか不安があった。
- ★治療を終えて：人と話すのがより楽しくなった。快適です。(22 歳小笠原大地様、22 歳)



ナイスガイ！です。矯正治療中に海外に留学されたり、色々チャレンジされていました。郷里に帰って、素敵な先生として活躍をされることでしょうか。素晴らしい前途に乾杯！

- ★治療を始める前：長年コンプレックスがあり、歯を出して笑えませんでした。鏡を見ては自分の歯が嫌だなあと思う日々でした。
- ★治療を終えて：写真でも歯を出して笑えそうです。毎日歯を見るのが楽しいです。(J.S 様女性 30 歳)



来られるたびに色々素敵なお話を聞かせていただき、お会いするのが楽しみです。治療中、手の怪我で歯磨きがしにくいときも上手に磨かれていましたね。よく頑張られましたね。

子どもの脳を育てる栄養学 第5限目(ミネラル)

第5章 ミネラルの摂取も脳の成長に欠かせない!



集中力を高める★カルシウム

★干しエビ、小魚、ひじき、ごま、乳製品に多く含まれています。

「脳力そのものを高める」:カルシウムは神経伝達物質のやり取りをスムーズにします。

★カルシウムというと「骨」や「歯」を連想しますが、実は脳にも欠かせない栄養素です。カルシウムの99%は骨や歯にあります。脳神経細胞にも0.1パーセントとごく微量のカルシウムが存在し、脳内の情報伝達活動に大きな働きを果たしています。この微量なのに不可欠な脳のカルシウムが不足すると、脳はまず血液中から、次に骨や歯から、何とかカルシウムを調達して、情報伝達をスムーズに行おうとします。ところが、子どもの骨も歯も成長中ですから、自分のことで手一杯なのです。

★成長期には600~900ミリグラムと、大人以上にカルシウムを必要としています。この時期のカルシウムは脳にも身体にも大切です。



学習能力を高める★鉄分

★海苔、あさり、ひじき、レバー、牛肉、豆に多く含まれています。

★神経伝達物質の合成に関与していて、学習能力との関係も大いに注目されています。新しいことを理解したり覚えたりする能力や、注意力が高まります。

鉄分が不足すると貧血になり、脳の栄養のブドウ糖や酸素が十分に供給できなくなり、脳がガス欠になります。



記憶力・学習能力を高める★亜鉛

★牡蠣、さば、かつお、豚レバーに多く含まれています。

★亜鉛は成長の基となるたんぱく質合成に必須で、免疫力を高めるとともに、胎児の脳の発育や刺激の伝達に関与します。記憶力や学習能力が高まります。



ン(葉酸&ビタミン B 群)、抗酸化剤(ビタミン A、C、E)です。ミネラルは体の機能維持のために大切なだけでなく、脳機能の活性化にとってもきわめて重要な栄養素です。