

わは歯ニュース 令和3年 11月号

温かい鍋料理が恋しい頃になりました。

先月、新型コロナウイルス感染防止緊急事態宣言が解除になり、みなさん「ホッ」としているのではありませんか？

でも、先の見えない新型コロナウイルスです。手洗い、うがい、マスク、消毒、ソーシャルディスタンスまだまだ必要ですね!!心して日々生活しましょう。

とはいうものの、今まで我慢、我慢の生活でしたから少し足延ばして秋の味覚を堪能してきました。

秋といえば…栗ですよ～…、栗といえば…岐阜県民ならご存知の中津川市ですよ～…。

中津川市へ出かけてきました!! 岐阜市から高速で車を走らせて一時間半くらいです。



中津川サービスエリア
種類豊富な栗きんとんが販売されてい
ます
いろいろな店の栗きんとんを味わうことが
できますよ。食べ比べるのもいいかもし
れませんね。



中津川駅前には商店街もあり
ます。栗きんとんで有名な
お店もたくさんあります。



西太田通り



駅前にある割烹料理「勝
宗」さんでおいしい栗お
こわをいただきました



おなか一杯!! 近くにある「ちこり村」へ行き
ました。ちこり? とは何ぞや?
ヨーロッパでよく食べられている野菜でシャキ
シャキとした瑞々しい、サラダ、グラタン、ス
ーフなどに使われるそうです。

～ はま歯科医院 ～

〒501-6224 羽島市正木町大浦79-2

☎ 058-394-4662

URL : <http://www.ham-dent.com>

E-mail : info@ham-dent.com

診療時間 平日 9:30～13:00 / 14:30～18:00

土曜日 9:30～13:00 / 14:30～17:30

休診日 日曜日 木曜日(祝祭日ある週診療あり) 祝祭日

🦷 骨隆起 🦷 とは…



お口の中にできる骨のコブのことです。

病的なものではないので心配はいませんが、硬いものを食べていた縄文時代人のお口に多かったそうです。

強く咀嚼(噛む)し続けるとあごの骨に負荷がかかり、負荷のかかった骨組織がコブのように盛り上がり、上あご、下あご両方にできます。徐々に時間をかけて大きくなります。縄文時代は木の実など硬い食事が多かったため、負荷がかかりコブが出来てしまったことは納

得ですが、軟食の現代人にもな
ようです。



ぜか骨隆起が増えている

現代の日本人は寿命が延び咀
に長くないました。長年噛み続

嚼(噛む)する年月も大幅
ければ、負荷が累積する

からではないかと考えられています。また、ストレスによる無意識の歯ぎしり、食いしばりが

骨隆起の発症に繋がる可能性も
症の全貌はわかっていませんが
遺伝、かみ合わせの影響、歯周
るようです。



あるようです。骨隆起の発
原因にはストレス以外にも
病、むし歯などもあげられ

治療としては、マウスピースを装着し負荷を軽減した

あれば、手術でコブを切除する方法もあるようです。



り、日常生活に支障が

コロナ禍の中、ストレスの多いご時世ですが、気持ち穏やかに過ごせるように日々の生活を楽しんでいきましょう。



担当 森原