



医療法人 鶴亀会

高橋歯科

Takahashi Dental Clinic

(047) 486-9755

高橋歯科の最新情報はホームページから

高橋歯科 八千代市

検索



こんにちは、院長の高橋です。4月に入り、春風の心地よい季節となりましたね。今月から新生活をスタートされた方も多いのではないのでしょうか。

生活習慣が変わると、やはり「食生活」の変化が心配になるものです。特に親元を離れると外食に頼ってしまう人も多いでしょう。そんな中、「弁当の日」という取り組みがあるのはご存知でしょうか？ もともと2001年に香川県の小学校で始まったもので、月に1度、献立作り・買い出し・調理・弁当詰め・片づけまでを全て子どもだけで行う行事だそうです。この取り組みを行ってきた子どもたちは、大きくなって一人暮らしを始めた際も積極的に料理を行うそうですよ。

実は、日本の「弁当」はいま海外でも注目を集めています。特に肥満が深刻な社会問題となっているアメリカでは、日本人の経営するお弁当屋さん“BentOn Cafe”が大人気なのだとか。手頃な価格と、ヘルシーでバランスの取れたメニューが人気の理由だそうです。

この春から新生活をスタートされた方は、ぜひ“弁当生活”で、体調管理につとめてはいかがでしょうか？

院長 高橋淳一

高橋歯科では、東京歯科大学 口腔外科より口腔外科専門医を御呼びして口腔がん検診、埋伏歯、嚢胞、舌痛症、口腔乾燥症などの専門的知識を必要とする疾患、今まで大学病院に紹介していた患者様を当院で診ることが出来るようになりました。口腔がんなど、心配な患者様は、遠慮なくご相談ください。

日本口腔外科学会 認定医 藤本 侑子 先生のがん検診、口腔外科診療日は、
4月4日（火曜日）、26日（水曜日）の二日になります。 院長 高橋淳一



あなたも
「歯科通」に
なれる？

歯医者が出題する“歯とお口”のクイズ



暖かい陽気に包まれる4月は、お出かけが楽しい季節ですよ。すでにゴールデンウィークの予定を立てている人もいらっしゃるでしょう。ところで、お出かけ先で突然、歯が痛くなってしまったら…あなたはどうしますか？ そこで今回はこんな問題を出題！

Q

歯が痛み出した時の正しい応急処置法は？

おうきゅうしょ ち ぼう



1



患部を温める

2



患部を冷やす

3

お酒を飲んで
消毒する

4

お風呂で
じっくり
体を休める