

# さくら歯科NEWS



暖かくなり桜も3月26日熊本も開花となりました。九州では一番遅い開花宣言！お天気も続き、桜満開の花見日和ですね・・・皆さん楽しんでいますか？八代宮や近くの妙見宮隣の小学校前もとても綺麗です。



## 歯磨きのポイントを分かりやすくご紹介

私たちは、食事のあとに歯を磨きますがこれは歯ブラシで食べカスや歯垢を取り除くためです。歯垢(プラーク)は細菌のかたまりで放っておくと虫歯や歯周病を引き起こします。歯垢が残りやすいところに注意してしっかりと歯磨きで取り除きましょう。

### 歯垢(プラーク)のつきやすいところ



奥歯や、歯の間、歯ぐき(歯肉)との境目などは、特に歯垢が付着しやすいため、しっかりと歯磨きして除去することが大切です。



ハブラシが届きづらい部分は特に丁寧に1本ずつ磨くようにしましょう

- 歯並びが悪いところ
- 奥歯の奥
- 歯の裏側
- 親知らず
- つめもののすき間
- 矯正器具のすき間



4月16日は午後休診となります。

4月30日と5月1日は通常通り診察致します

※ご予約の場合は電話にて予約をお願い致します。



2019年 4月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
7 休	8	9	10	11 休	12	13
14 休	15	16 PM休	17 休	18 休	19	20
21 休	22	23	24	25 休	26	27
28 休	29 休	30 診療	1 診療	2 休	3 休	4 休