

丸山歯科新聞

第4号

新年の挨拶



明けましておめでとうございます。

日本歯科医師会では8020運動を推進しております。ご存じの通り80歳で20本の歯を残そうという運動です。20本の歯が残つていれば、入れ歯を入れる事なく、自分の歯で不自由なく食事が出来る為です。ただ80歳で20本の歯を残す事が目的なのでではなく、80歳でも生き生きと人生を楽しめる事が本来の目的です。しわくちゃな口元からきれいな歯がきらりと見えるのは、とても美しいものです。そんな80歳代の自分の姿を思い浮かべながら今から美しい80歳を目指して頂きたい、それが私達、丸山歯科医院の解釈する8020運動です。むし歯で歯科医院に通うのではなく、健康を維持する為に歯科に通う、そういう意識に変える事が、成熟した高齢化社会には必要なのではないでしょうか。

誰にでも必ずやつてくる80歳代を謳歌する為にも、どうか歯科医院をうまく利用して下さい。今年1年もスタッフ共々よろしくお願い致します。

丸山満博

て
今回の院内勉強から、生涯を通じて重要な『6歳臼歯』に着目してみました。

6歳臼歯は他の永久歯が正常に並ぶ為の指標であり、上下の顎の咬み合わせの基準となる、まさに大黒柱のような歯です。

しかし6歳臼歯が生えてきた事にご家族がなかなか気付かれなかつたり、乳歯と勘違いしてしまった事が多く、生えてきた直後のケアがなされないのが現状です。また、生え始めの頃は歯肉に覆われている為、上手く磨けない事や、歯の表面が未熟で軟らかい事もあり、大変むし歯になりやすい歯でもあります。

そんな6歳臼歯を守る為、ご家族に予防への関心を持つて頂き、更にお子様自身が磨いた後のご家族による仕上げ磨きは必須です。また、丸山歯科医院での定期的な検診やフッ素塗布も効果的です。

今後もお子様の大事な6歳臼歯や永久歯を一本でも多く守つていきたいと思いま

守りたい！6歳臼歯について

新しい年になり、何かを始めるにはいいきっかけになる時期です。そこで今年、新しく始めたい事や、挑戦してみたい事について聞いてみました。

丸山先生 今年は中断していた金属『アルギー』の研究を進めていきつつ、

趣味の自転車レースでいい成績を残し、年代別上位を狙う！

相山 每年挫折をしている『英会話』を勉強し、旅先で現地の人と会話ををしてワンランクアップした旅を

したい！

飯野 『体を鍛える』為に、毎日ストレッチをし、ウォーキングを週2回30分行う。ぎっくり腰とはさようなら！

識名 『50ccバイク』を購入し、季節の風を感じながら四季折々の

イベントに足を運び、連休を利用したプチ旅行にも行きたい！

犬塚 『脱ペーパードライバー』休日

に車の運転を練習して、ドライブを楽しめるようになりたい！
冬はスノーボードを楽しんでいるので、一年中楽しめる『ゴルフ』に挑戦し、打ちっぱなしで楽しめる位になりたい！

次回は4月に、発行致します。

(4号担当)

犬塚・岩崎)

永久歯の萌出の順番と時期の目安

萌出順序	萌出歯	男児	女児
1	下顎中切歯	6歳3ヶ月	6歳1ヶ月
2	下顎第一大臼歯	6歳5ヶ月	6歳2ヶ月
3	上顎第一大臼歯	6歳8ヶ月	6歳7ヶ月
4	上顎中切歯	7歳3ヶ月	7歳
	下顎側切歯	7歳3ヶ月	7歳
6	上顎側切歯	8歳5ヶ月	8歳
7	下顎犬歯	10歳2ヶ月	9歳3ヶ月
8	上顎第一小白歯	10歳	9歳4ヶ月
9	下顎第一小白歯	10歳2ヶ月	9歳7ヶ月
10	上顎犬歯	10歳10ヶ月	10歳2ヶ月
11	上顎第二小白歯	11歳1ヶ月	10歳7ヶ月
12	下顎第二小白歯	11歳4ヶ月	10歳9ヶ月
13	下顎第二大臼歯	12歳5ヶ月	11歳8ヶ月
14	上顎第二大臼歯	13歳3ヶ月	12歳9ヶ月