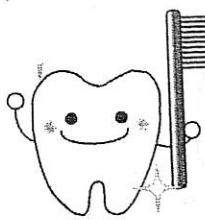
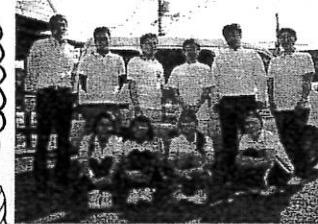


理念 「共に楽しく」

プライムニュース



「発刊に際してのごあいさつ」
日頃はプライムケアデンタルに多大なご協力とご理解を頂き、誠にありがとうございます。
本ニュースペーパーは私どもの活動と思いを公私共々公開していくためのものです。
3ヶ月に一度発行していく予定にしております。



6月4日は虫歯予防デー

『8020(ハチマルニイマル)運動と「20」の根拠』

8020運動とは…

「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」
をスローガンに1989年から推進している運動のこと。
永久歯は親知らずを除いて全部で28本ありますが、
その数が20本を下回ると、食べ物を噛む能力が著しく
低下することが、明らかになっています。

◎口から食べることでからだが活性化 → → →

食べ物を口に入れ、よく噛んで、ゴックンと飲み込む。
「口から食べる」ことの重要性が、最近改めて見直されています。
生理学的にみても、噛んで食べることで五感が刺激されたり、脳全体が活性化することが分かっています。

ホームページが完成です

5年目にして、初めてホームページが出来上りました。→ <http://www.1182525.jp>
こんな時代だからこそ、戦略的に活用するのではなく、皆さんにもっともっとプライムを知ってほしい
そしてお役に立ちたいと考え、一生懸命つくりました。毎日更新?のブログもあります。見てね★

今月の決め事…『靴を揃えましょう』

靴を揃えるのは基本中のキホン！
大切なのは、手で並べるところです。
揃えるという漢字は手を前に出すという意味があります。
手を使わず、そのまま足でやるのは良い作法ではない
のです。靴を揃えると気も整います。
皆さんの所へお伺いした際に揃っていないければ、注意
してくださいね。

【口から食べることで起こるからだの変化】

【大脳が活性化する】
噛む（咀嚼）・飲みこむ（嚥下）ことによって生じる感覚刺激は、大脳の感覚野に伝えられる。一方、咀嚼や嚥下の際には、大脳の運動野から食べるための筋肉に対して命令が出される。さらに、五感の刺激は脳のそれぞれの中核へ伝えられ、脳全体が活性化

【五感が刺激される】

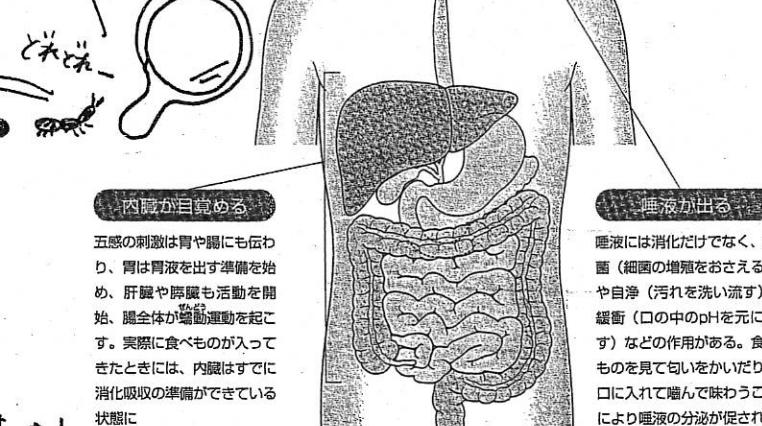
食べ物を目で見る（視覚）、
食事を用意している音を聞く（聴覚）、おいしそうな匂いをかぐ（嗅覚）、手でつかむ（触覚）、味わう（味覚）など、口から食べることで五感が刺激され、意識がしっかりしてくる

【内臓が目覚める】

五感の刺激は胃や腸にも伝わり、胃は唾液を出す準備を始め、肝臓や胰臓も活動を開始、全身全体が蠕動運動を起こす。実際に食べものが入ってきたときには、内臓はすでに消化吸収の準備ができる状態に

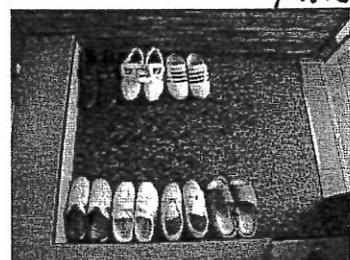
【唾液が出る】

唾液には消化だけでなく、抗菌（細菌の増殖をおさえる）や自浄（汚れを洗い流す）、緩衝（口の中のpHを元に戻す）などの作用がある。食べ物を見て匂いをかいだり、口に入れて噛んで味わうことにより唾液の分泌が促される



イイハニコニコ

Before After



プライムケアデンタル

Prime care
出張訪問
歯科診療
プライムとは…

最良の といふ 貴味です。

いつも
お電話
ください。

TEL 086-485-2200
FAX 086-485-0200
プライムケアデンタル ホームページ
<http://www.1182525.jp>

◎受付時間／8:30~18:30

◎休診日／土・日・(たまに)祝

by うちだ。 . . .