

お出かけ情報  
秋の味覚狩りに出かけよう！

今回は秋の味覚狩りについてご紹介します。秋は色々な食べ物がおいしくなる季節です。夏の暑さも去って行楽日和にぴったりのこの時期に、ぜひ色々な味覚狩りに出かけてみてください！

●●●今西齒科医院がオススメするスポットはこちら●●●

【柏原市観光ぶどうセンター】



私どもスタッフでは柏原市観光ぶどうセンターに行って参りました。山の上の自然たっぷりのぶどう畑の中、取りたての美味しいぶどうを満喫してきました。車でも行けますが、電車でも駅に送迎の車が待機してるので、交通面でもオススメです。ぶどうは中粒ですが、思った以上にボリュームがあるのでお腹いっぱいになります。スタッフは最高3房食べましたが、ぜひ皆様も記録にチャレンジしてみてください♪



スタッフの顔ぐらい！？  
ボリューム満点です。



粒は綺麗な宝石  
みたいです。

所在地 大阪府柏原市大東 4-17-9 TEL:072-971-8308  
 営業時間 9～13時(土・日曜、祝日9～15時)  
 交通(電車) JR大和路線柏原駅 ※駅で受付後、各園へ送迎  
 交通(車) 西名阪道藤井寺ICから15分  
 期間 2009年8月10日～10月15日  
 料金 食べ放題あり／食べ放題大人1100円、小学生800円、幼児600円

【富田林サバーファーム】



こちらもぜひオススメです！季節によりいろいろな農作物を収穫し、味わうという農業公園です。現在はさつまいもの収穫体験が2株400円で可能です。また、四季折々に咲き乱れる可憐な草花達は目を楽しませてくれます。まさに一年中、大地の恵みを『見る』『触れる』『食べる』ことが満喫できる農業公園です。取れたての野菜などが味わえるレストランやバーベキューハウスもあります！



秋の味覚カレンダー

	8月	9月	10月	11月	12月	1月
梨	←8月上旬-10月下旬→					
ぶどう	←8月上旬-10月下旬→					
さつまいも		←9月上旬-11月下旬→				
栗		←9月上旬-11月下旬→				
柿			←10月上旬-11月下旬→			
りんご			←10月上旬-12月下旬→			
みかん				←11月上旬-1月下旬→		

お土産で持って帰った作物をおいしくいただくコツ♪

- りんごやなしは冷やしましょう。冷やした方がりんごやなしに含まれるα型果糖が、より甘いB型果糖に変化します。理想的な温度は10度前後です。
- みかんは数分間、お風呂などのお湯に外皮のままつけておくと甘みが増すと言われているので、試してみてください。
- ぶどうは、採れたてが一番おいしいです。

所在地 大阪府富田林市大字甘南備 2300 TEL:072-135-3500  
 営業時間 9時30分～17時(10～3月)  
 交通(電車) 近鉄長野線富田林駅からバス約20分、  
 バス停：サバーファーム下車、徒歩2分  
 交通(車) 阪和道美原北ICから国道309号経由で約30分  
 期間 2009年9月中旬～10月末(さつまいも)  
 料金 食べ放題なし／入園大人700円(高校生以上)、  
 小人300円(4才以上中学生以下)

今西齒科医院のチームメンバーを紹介します！

名前 中山 さやか  
 職種 歯科助手  
 出身地 大阪府  
 星座 おうし座  
 血液型 A型  
 趣味 ピアノ・ドライブ  
 (自然と触れ合う)  
 音楽鑑賞・読書

Who are You?!



はじめまして！！歯科助手の中山さやかです。私が今西齒科医院で勤めはじめて早半年が過ぎました。体は146cmと小さいですが、いつも人一倍の笑顔と元気をモットーに頑張っています。

今は、皆様にもっと「歯」の大切さを知って頂くために、自分自身セミナーに参加し、歯の知識を蓄え、カウンセリングで、皆様の疑問やお悩みにお答えできるよう、日々勉強中です。何か、お悩みやご質問等ありましたら、いつでも声をお掛けください！！もちろん歯のことだけでなく、お仕事のこと、ご家族のこと、何でもお話し下さいね☆

四天王寺大学 言語文化学科 卒業  
 2009年2月入社

セミナー後、講習会修了証をいただきました！今後もどんどん参加していきたいです。

# 歯周病が死に至る！？歯周病と全身疾患

私達のお口の中には健康な人の場合でも約300種類、数にして2億個とも言われる微生物が住みついています。《**歯周病**?聞いたことはあるけど・・・いまい

ちピンとこないなあ》と軽く考えている人はいませんか??初期の頃は痛みもないし、それほど気にならないかも知れません。でも実は、**歯周病**が進行すると歯が抜け落ちるだけでなく、全身に様々な悪影響を与えるのです。

歯磨きをサボりお口の中に**歯周病菌**が増えると色々な**全身疾患**がおこります。例えば、喉から気管支、肺、さらに血液と共に全身の臓器へ**歯周病菌**が運ばれると、呼吸器で炎症をおこす病原菌を増悪させ、**肺炎**を悪化させます。**早産**や**低体重児出産**などの問題にも、歯周病は関与しています。母体内の赤ちゃんは、羊水の中にあるプロスタグランジンという物質が一定の量になった時に生まれます。一部の**歯周病菌**が体内に入ると、羊水のプロスタグランジンが急増し、一定量に早く達してしまい、早産につながる、と考えられています。さらに、**歯周病菌**は心臓の弁や内膜に繁殖し心内膜炎を起こす事があります。また、**歯周病菌**によりできた血小板の固まりが、心臓の周りにある血管につまると**心筋梗塞**や**狭心症**を引き起こすことがあります。

- 脳卒中・心筋梗塞のリスク…**3.0倍**
- 心臓発作のリスク……………**2.8倍**
- 早産のリスク……………**7.5倍**

にも昇ります。



**歯周病**ってとても怖い病気ですね！しかし**歯周病**は予防がきちんとできる病気です。ご家庭での**正しい歯磨き**と歯科医院での**メンテナンス**を定期的におこない、プラークコントロールがきちんとできていれば安心です。**正しい歯磨き方法**や**メンテナンス**、また**歯周病**のこともっと詳しく知りたい！という方は、ぜひ当院の歯科医師、歯科衛生士にご相談下さいね。



## 患者様から頂いた喜びのお声 ～インプラント編～

入れ歯の時は笑った時の口もとが嫌で絶対に笑わなかったし、人と話をする時もとても気にしていましたが、今は人の前でも楽しく笑う事が出来て最高です。

【A.K様 女性 84歳】

## ～セラミック編～

前歯は見た目も大切ですし、一生ものであることも判断のポイントとなり、セラミックを選びました。実際の仕上りは本当に満足しています。

【K.K様 男性 21歳】



## …コラム～おもしろいっチャが!!宮崎弁～……

今西歯科には宮崎出身のスタッフがいます。彼女の話し方が独特なのでその一部をご紹介します。宮崎県の一部で実際に使われている言葉です。皆さん分かりますか??

- ① てげ宮崎いいところやっチャが。
- ② 田んぼん中にびっきよがいるがよ。
- ③ 宿題するのよだき一。
- ④ あのお化け屋敷でげおじかった。
- ⑤ あの人形むじい。
- ⑥ 今日はだれたがよ一。
- ⑦ この雑巾ちんがらやが。
- ⑧ 傷が固まってつになったがよ。
- ⑨ 今5時やじ。
- ⑩ あの人の手つんて。

下線部を関西弁に直してみましょう!

### 関西弁

- ① めっちゃ
- ② かえる (蛙)
- ③ めんどくさい
- ④ 怖かった
- ⑤ 可愛らしなあ
- ⑥ 疲れたわあ
- ⑦ ポロポロやわ
- ⑧ かさぶた
- ⑨ ～やで
- ⑩ 冷たい



ハロウィーンイベント

10/19-10/24

いつも以上に来院が楽しくなる!院内がハロウィン色に染まります♪  
『トリックオアトリート』と言うと良い事があるかも★