



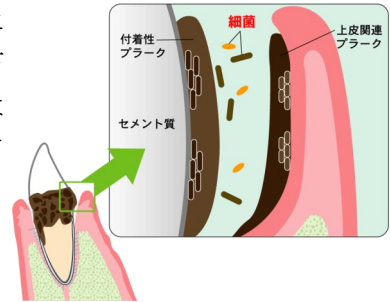
今年、午年（うまどし）です。馬にまつわる話を調べたので皆さん読んでみてください。「古来より馬は縁起がよい動物と言われていて、神さまの乗り物です。奈良時代には、生きた馬「神馬（しんめ）」を神社に奉納していたそうです。そして、日照りが続いて雨を望むときには黒毛の馬を、雨が続いて晴れて欲しいときには白毛の馬を、それぞれ奉納したと言われていています。つまり、神さまに馬を捧げることで、神さまを喜ばせて、元気になっていただこうとしたのです。そして、その結果として、神さまの御神威であるときには雨を降らしていただき、あるときには晴れにさせていただけるようにと、神さまに契約なる祈願をしたのです。

全国どこの神社・寺院に行っても、絵馬にかいてある内容を見てみると、「～しますように・・・」という願いごとの絵馬ばかりが目につきますが、絵馬の本来の意味は「神さまに喜んでいただく捧げもの」であること皆さんはご存知でしたか。「捧げもの」「お供え物」であったはずの「絵馬」が、いつのまにか「～お願いします」「～しますように・・・」と、一方的な頼みごとを記入する板になってしまっているのですね。自分が神さまに応援してもらいたいのであれば、まず神さまの喜ぶことを行い、感謝すること、また、神さまに応援してもらえる自分になることが先ですよ。これが、神社のお祭りであり、奉納となります。奉納（与えること）もせずに、努力もせずに自分の願いだけを叶えてもらうのはちょっと虫が良すぎませんか？神さまへの誠意の証が、馬だったのです。少しは為になりましたか。



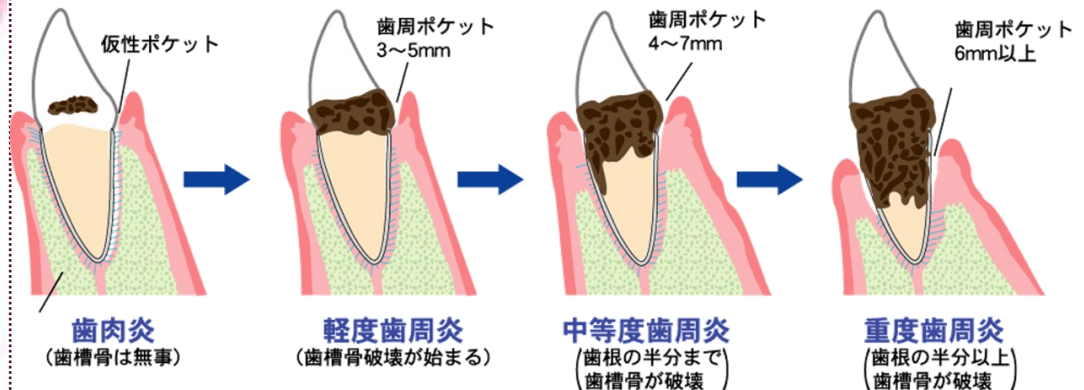
## 歯の豆知識～「歯周病ってどんな病気？（中）」

歯周病の直接的な原因は十数種類あるとされる口の中の細菌で、特に P g 菌、A a 菌、P i 菌、T d 菌、T d 菌の 5 種のグラム陰性嫌気性桿菌が主な歯周病菌といわれています。これらの細菌は歯垢（プラーク）の中に潜んでいます。歯の表面に生息するう蝕菌（虫歯の原因菌）と違い、歯周病菌は空気が嫌いな為、歯と歯肉の隙間（歯周ポケット）に生息しています。この歯垢が唾液中のリン酸カルシウムによって硬く石灰化したものが歯石です。歯周病菌を抱えたまま硬くなった歯石は、表面がザラザラしているため歯肉を傷つけ、また表面には更にプラークがたまりやすくなります。歯石は固く歯の表面にこびりつき、歯ブラシでは容易には取れません。こうなると、歯科医院で専門家に取ってもらうよりほかに方法はありません。



では、歯周病はどのように進むのでしょうか？

歯周組織の炎症により歯と歯肉の境目の歯肉溝（0.5～2mm）が病的に深くなったものを歯周ポケットと呼びます。ポケット内は嫌気性菌である歯周病菌が生息しやすい環境で、プラークが付着、増加しやすくなります。このため、周りの組織がより深く破壊されポケットがさらに深くなるようになります。歯肉炎では歯槽骨は無事でも、歯肉が腫れて歯肉溝が深くなり、これを仮性ポケットと呼びます。歯槽骨が破壊され始めると歯周炎といい、真性の歯周ポケットと呼ばれ、軽度歯周炎で3～5mm、中等度4～7mm、重度では6mm以上となります。歯槽骨の破壊に伴い、歯はぐらつき、歯根の長さの半分以上に歯が吸収された重度歯周炎では、自然に抜けることもあります。



### バレンタインイベントを開催します！

来る2月14日（金）、来院される方を対象にイベントを実施します。

ご予約には限りがありますので、ぜひ14日にご予約をとられて来院下さい♪



# クロスワードパズル

クロスワードにチャレンジ！！完成したらお近くのスタッフまで♪

(1)(A) 『カギ』		(3)	■	(6)
	■	(B) 『カギ』	(5)	
(C)	(2)	■	(D)	『カギ』
■	(E)	(4)		
(F)			■	

## タテ

- (1) 外から帰ったら〇〇〇と手洗いを忘れずに！
- (2) 郵政民営化選挙では反対した議員に〇〇〇が送られた。
- (3) ラーメンの味は「とんこつ、しお、しょうゆ、〇〇」などが有名ですね。
- (4) 紫外線にあたりすぎると〇〇やソバカスができてしまう。
- (5) 売り上げが落ちている。商売人の〇〇〇が無いのかな？
- (6) かびの一種。デンプンを糖化する力を持つ。日本酒・しょうゆ等の製造に重要。〇〇〇〇〇

## ヨコ

- (A) 昆布の〇〇〇成分はグルタミン酸です。
- (B) うちの猫がお庭に〇〇〇してごめんなさい。
- (C) 〇〇が弱くて禁煙できない。
- (D) あ的那个人は〇〇ばかりで自分が動かない。
- (E) 部屋の乾燥を防ぐ機械。〇〇〇〇
- (F) リフォームの「〇〇〇の技」はすごい。

## スタッフのイチオシ！



今月は塩飽をご紹介します！！

今月のおすすめのお店は、皆みたいにオシャレなお店じゃないけど、日頃からお世話になっている「うねめのたまご屋」さんです！！井笠地域の方なら一度は見かけたことや行かれたことがあるのではないのでしょうか。笠岡と

井原の市境、県道沿いにあるたまごの自販機です。エサや水にとことんこだわって飼育された鶏が生んだたまごは、黄身の色が全然違います。たまご自体もスーパーで買うものより大きくずっしり、、、。様々なお料理に使うのはもちろんですが、私が一番好きなのはシンプルに、炊きたてご飯にたまごとしょうゆでたまごご飯！！お茶碗2杯はペロリですね。これまた笠岡産の牡蠣しょうゆにネギをたっぷり入れると絶品です。究極の手抜きなのに最高に美味しい！！たまごはもらって困る家庭はあまりないし、片意地はらないちょっとした手土産に使うこともしばしば。家で食べるのは大きさや色が不揃いな「規格外」を買わせていただいています。ただ、入荷時には時間を見計らって来られるお客さんで行列で自販機はカラッポのことも多いですね(泣) 先日の「鉄腕DASH」見られた方も多いのではないのでしょうか。0円食堂でTOKIOの長瀬さんがうねめのたまごを訪ねて、割れたたまごを分けてもらってました！！所詮「たまご」、されど「たまご」(笑)まだ味わってない方は是非一度ご賞味を！！今夜の夕食のメインにたまご料理はどうですか！？！？(\*^\_^\*)



## 答え

1月号の答えは、「天気(てんき)」でした。

## ★医院からのお知らせ★

◎2月の矯正歯科外来は8日(土)

14:00~です。

◎祝日休診日のある週は、水曜日に通常診療しておりますので、ご予約の際には今一度ご確認ください。

◎平成26年4月より、休診日が水曜日から木曜日に変更となります。

◎2月14日(金)、来院者を対象にバレンタインイベントを開催します！是非ご参加ください☆