



# 滝内歯科医院

〒664-0871 尼崎市建家町 77 番地

06-6412-6480

<http://www.takiuchi6480.com/index.html>



5月23日に鳥取県初の店舗となる「スターバックスコーヒー」がオープンし、お祭り騒ぎになったというニュースが話題になりました。これで全都道府県を制覇したとか...。この話題はさておき、日本はドイツに次ぐ世界第4位のコーヒー消費国なのはご存じでしたか？ ちなみにコーヒー消費量日本一は石川県金沢市でしたΣ(°□°(°□°\*))たーっ!!意外。日本人の1人あたりのコーヒー消費量は年間350杯。

日本が面白いのは缶コーヒー文化がある為、350杯のうち約3割は缶コーヒーが占めているんだそうです(笑)

コーヒーを「1日3~4杯飲む」人は「ほとんど飲まない」人に比べると狭心症や心筋梗塞などの心臓病で死ぬ危険性が36%も低く、脳内出血や脳梗塞などの脳血管病は43%、肺炎などの呼吸器病は40%も低いんだそうです。しかし過剰に飲み過ぎると逆効果にもなるようなので要注意です!

「コーヒー性格診断」

- ブラックコーヒー・・・生真面目でストレート、物事をシンプルに捉える性格。
- アメリカンコーヒー・・・人生のささやかなことに喜びを感じられるタイプ。
- インスタントコーヒー・・・楽天的で「まあ～どうにかなるさ」と考えることが多い。



歯医者だけが知っている?

歯にまつわる  
いろいろ話

むし歯が  
できやすい  
時期は?

むし歯には、「できやすい時期」があるということをご存知でしょうか? 次の項目に、ご自身やご家族が当てはまっている場合は気を付けましょう。

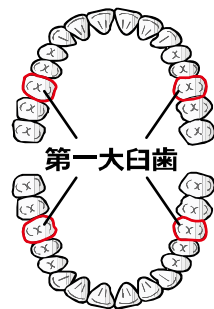
## ① 乳歯が生える時期

永久歯に比べて、むし歯ができやすいのが乳歯です。

この時期は離乳食を終え、食事のバリエーションが広がっていき、さらに食事の回数も多くなることから注意が必要です。

## ② 永久歯が生える時期

生えたばかりの永久歯も要注意です。特に5~6歳頃に生える「第一<sup>だいいち</sup>大白歯<sup>だいいゅうし</sup>」は噛み合わせの部分が複雑な形をしているため、みがき残しも多く、むし歯になる確率が高い所です。



## ③ 思春期

永久歯が生えそろうと、歯そのものは強くなります。しかし、思春期になると食事の時間が不規則になることもあり、生活習慣の乱れでむし歯になる方も多くいらっしゃいます。

## ④ 高齢期

加齢によって歯ぐき下がってくると、歯の根の部分がかさねて露出してきます。こういった露出してきた部分は、とてもむし歯になりやすい所です。

このように、「むし歯になりやすい時期」や「気をつける歯」は変化していきますので、定期的に検診を受けてチェックしておくことで安心です。