気候もすっかり秋めいてきて、
スポーツするには最適の季節ですね！
この週末も多くの学校で運動会が
行なわれることでしょう。
そこで今月のスタッフインタビューは、
運動会や体育祭で「好きだった競技」

「クラス対抗リレー」
クラス全体が一つになる！
ファイア～～🔥輝夫Dr

「マスゲーム」
みんなで一から作り上げる苦労とやり遂げた後の達成感！最高！
寺田

「リレー」
皆の応援に紛れて大声で叫べてスッキリ♪♪
影廣

「リレー」
“妊婦なので”今は”
走れない 藤原

「玉入れ」バスケ部で鍛えた勘で
タイミング良くスイスイっと。
人生もかくありたい！辻

「二人三脚」
相手との以心伝心を
感じるのが好き♡
やっぱり私は人が好き！
小泉

「障害物競走」
特にハードル！
何もないより、何かある
ほうが楽しい✨
院長

「玉入れ」
体力を
あまり
消費しない
永田

「騎馬戦」
協力し合って戦う
楽しさを実感!!
騎馬戦愛♡東野

「騎馬戦」
下で必死に支えてました！縁の下の力持ちは大事！植西

「創作ダンス」
昔は体重も今より少なく、
めっちゃ身軽に動けた～
トホホ～　阪口

「玉入れ」入ってなくても
頑張ってる風に見える(笑)安食

「パン食い競争」
その場でパンを全部食べなあかん!?
と思ってた💪💪事務長

洗口液ってどれを選べばいい？

歯ぐきの腫れが気になるので、
歯周病予防に洗口液を
使ってみようと思います。
どうやって選べばいいんでしょう？

歯みがきが できないときはこのタイプ！

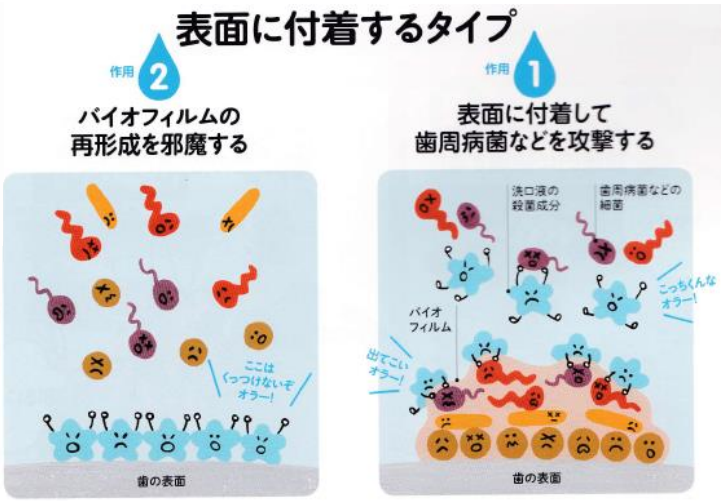
細菌たちがつくった膜（バイオフィルム）の内部に浸透する成分を含んだ洗口液がすすめです。

●イソプロピルメチルフェノール(IPMP)
●エッセンシャルオイル
●ポビドンヨード

バイオフィルムの中に入り込んで攻撃する力がありますが、時間がたちバイオフィルムが厚くなると浸透する効果は弱まります。前回の歯みがきから6～7時間、できれば5時間以内に使用するようにしましょう。

歯みがき後 すぐに使うならこのタイプ！

歯の表面やバイオフィルムの表面に付着するタイプの殺菌成分を含んだ洗口液がおすすめです。



●グルコン酸クロルヘキシジン(CHG)
●セチルピリジニウム塩化物水和物(CPC)
●ベンゼトニウム塩化物(BTC)

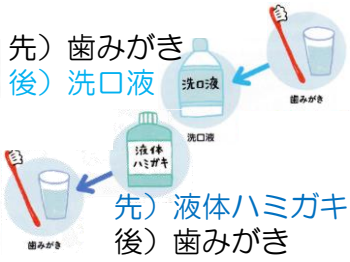
歯周病予防には歯みがきとの併用が効果的！
バイオフィルム内に浸透する力はありませんので、歯みがき後、できれば1～2分（遅くとも1時間以内）で使えるとベストです。

洗口液と液体ハミガキ 見分け方&使い方

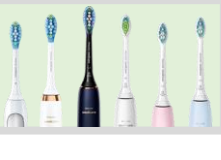
選ぶときの大前提として「液体ハミガキ（液体歯磨）と混同しないようにしてください。この2つ、似ていますが使い方がまったく違うんです！洗口液は製品名に「マウスウォッシュ」「オーラルリンス」と表記されていることが多いです。一方、「デンタルリンス」表記されているのは液体ハミガキ（液体歯磨）のことが多いですよ。

TC阪口

先）歯みがき
後）洗口液



先）液体ハミガキ
後）歯みがき

歯周病患者様向け新製品、インプラント治療後のご家庭でのケアとしてもおすすめ！歯科医院専売『モンダミンプロケア』
~~通常８５０円~~⇒今月限10%OFF税込７７０円！！

【予告】来月11月は、
一か月間限定！
ソニッケア２０%ＯＦＦ