



医療法人 鶴亀会

高橋歯科

Takahashi Dental Clinic

(047) 486-9755

高橋歯科の最新情報はホームページから

高橋歯科 八千代市

検索



5月に入り、いよいよ新緑の季節となりましたね。 新年度の忙しさも落ちつき、そろそろ新しい環境にも慣れてきたころではないでしょうか？

とはいえ、今月は新年度の疲れがたまって、いわゆる“5月病”の症状を訴える人が多い時期でもあります。 そこで、疲れた心を休ませるためのオススメの方法を2つご紹介させていただきます。 それはズバリ！『笑うこと』と『泣くこと』です。 まず『笑うこと』ですが、頬骨の下あたり

に脳をリラックスさせるツボがあるため、口角をあげて笑顔を作るだけで楽しい気分になれるそうです。 また、『泣くこと』も、涙を流すことでリラックスや安静を促す神経のスイッチが入るため、ストレスの解消につながるそうですよ。 ただし“感情をともなった涙”であることが条件なので、玉ねぎを切った時に出る涙では効果がないようです。

このように、“体”の疲れはもちろんですが、“心”の疲れを癒やすのも大事なことです。 「病は気から」と言いますので、心をリラックスさせて、体調を崩さないようご自愛ください。

院長 高橋淳一

高橋歯科では、東京歯科大学 口腔外科より口腔外科専門医を御呼びして口腔がん検診、埋伏歯、嚢胞、舌痛症、口腔乾燥症などの専門的知識を必要とする疾患、今まで大学病院に紹介していた患者様を当院で診ることが出来るようになりました。 口腔がんなど、心配な患者様は、遠慮なくご相談ください。

日本口腔外科学会 認定医 藤本 侑子 先生のがん検診、口腔外科診療日は、5月12日（金曜日）、27日（土曜日）の二日になります。 院長 高橋淳一



あなたも
「歯科通」に
なれる？

歯医者が出題する“歯とお口”のクイズ

5月2日は「^{しかいしきねんび}歯科医師記念日」です。 これは、歯科医師としての義務や資格などを取り決めた「^{せいてい}歯科医師法」の制定を記念し、^{にほんしかいしきい}日本歯科医師会によって60年前（1957年）に定められました。 さて、2014年（平成26年）12月末までの届出によると、全国の歯科医師の数は10万3972人だそうです。 そこで今回はこんな問題を出題！

Q 歯科医師全体で女性の割合はどれくらいでしょうか？

1 約1割

3 約3割

2 約2割

4 約4割

