

くるみ便り

6月号

ジメジメした日が増えてきて、いよいよ梅雨本番。。。おでかけするのもおっくうな季節です。雨の日は、お子さんを乗せたり、降ろしたりするのは大変ですよ。でも、雨も悪いことばかりじゃないです。雨に濡れたアジサイや雨上がりの虹は綺麗なので、梅雨を感じてみるのもいいかもしれませんね。

New herbcandy

ハーブの飴が新しく入荷しました！お口の中に入れるとハーブの香りがさわやかに広がり、心地良さを与えてくれる今までにない飴です。飴でこんなにハーブを感じられるの？と思うくらいそれぞれの香りや味がしっかり出ていて、早くも人気商品です！好きな時にハーブの味を楽しむことができるのでおすすめです。味の種類は全部で7種類！！ぜひ、お試しください。

New gardening

ハミングライフさんに花壇の花を植えて頂きました！！たくさんの種類の花を植えて花壇も色鮮やかになりました。季節ごとに花を植え替えたりするのでよくチェックしてみてください。季節の花には木プレートもつけているので名前と一緒に楽しんでいただけたら嬉しいです。



6月4～10日は歯と口の健康週間

6月4日は6(む)と4(し)の語呂合わせで「むし歯予防の日」と言われています。毎日磨いている歯ですが、この1週間は日頃磨けていないところを意識して磨いてみましょう！

毎日歯を磨いているのにどうして虫歯ができるの？

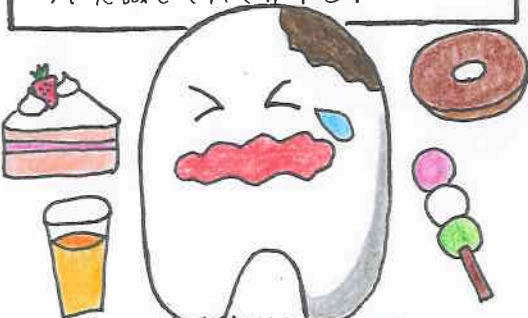
人によっては、まったく磨いていないのに「虫歯は一本もないよ」という人もいます。その差は虫歯菌が口の中にいるかどうかの影響が大きいです。虫歯は、歯の表面についた歯垢に虫歯をつくるミュータンス菌が棲みつき、糖分を栄養にして酸を出します。この酸は歯の表面の硬いエナメル質を溶かし、その部分に穴をあけます。これが虫歯の始まりです。

今日から家で始められる虫歯予防

〈寝る前にしっかりと歯を磨く〉
寝ているときは虫歯菌が活発になり、虫歯になりやすい時間帯。。。夜はさらに意識してハミガキを！



〈だらだら食いは要注意〉
食事の度に虫歯危険ゾーンになるので、いつもお口の中に食べ物がある状態だと虫歯菌の思うツボ！



〈フッ素歯磨きをしよう〉
フッ素は歯垢の細菌の活動を抑え、溶けたエナメル質の修復、歯質を強化するよ！



くるみ薬局のホームページはこちらからどうぞ

裏面もあるよ