



# ハヤカワ歯科インフォメーション

— 安心と安全、そして快適な生活を応援する歯科診療を心がけています。 —

令和7年10月  
第143号



## 10月と言えばハロウィン

「10月と言えば」ランキングがネットに載っていました。1000人のアンケート結果で、「5位が栗、4位がかぼちゃ、3位がさつまいも、2位が食欲の秋、そして1位がハロウィン」でした。昔は、「スポーツの秋、運動会、体育祭」などが上位にありましたが、春に行うことも多くなり「ランキング」から外れてしまったようです。その中でも10年前から変わらずに1位なのが「ハロウィン」です。

「ハロウィン」は秋の収穫を祝い、悪霊などを追い出す宗教的な行事でしたが、「現代では本場のイギリス・アメリカ等」においても「民間の娯楽行事」として、宗教的意味合いがほとんど薄れているそうです。日本においても、「ハロウィン」の時期には「カボチャやオレンジ色の飾りつけ・お菓子」などが街を彩ります。そして、「ディズニー・ハロウィーン」など多くのイベントが開催され、「仮装パレード・コンテスト」など行われ、日本においても「人気のイベント」として定着してきました。

ハヤカワ歯科では10月は「ハロウィンのうがいのコップ」で楽しんでいただきたいと考えています。

ハヤカワ歯科 院長 早川琢郎



## 口内フローラから歯周病を考えましょう

「善玉菌（有益菌）」と「悪玉菌（有害菌）」の勢力のバランスを改善することにより「むし歯や歯周病の予防」に役に立つ「プロバイオティクス（ある種の乳酸菌）」についてお話をします。

「プロバイオティクス」が果たす機能は、大きく分けて5通りあります。①「プロバイオティクス」自身が抗菌物質を作り出します。②「悪玉菌」と競争して「悪玉菌」を排除しようしてくれます。③口内を含めた消化器の「粘膜のバリアー機能」を守って強くしてくれます。④「細菌のバランスが改善」され、腸も良く働いてくれると、全身の免疫力がアップし、「口内の感染症」を抑える効果も上がります。⑤体内で発生する「活性酸素」を無害化する助けをします。

腸で効果のある「プロバイオティクス」と口内で効果のある「プロバイオティクス」は異なり、整腸作用のあるヨーグルトを食べても「むし歯や歯周病」を防げるわけではありません。口内に留まって良い作用をすると確認された「善玉菌」の中から特に優れた菌株が選ばれています。口内に使われる「プロバイオティクス」は、主に「乳酸桿菌」、「ビフィズス菌」で、そこから選りすぐりの菌を使用して口内向けの「プロバイオティクス」製品が作られています。この方法には副作用がなく、「赤ちゃんから高齢者」まで安心して使えるというのが大きなメリットがあります。ハヤカワ歯科ではお勧めの「プロバイオティクス」を紹介しています。



## 10月のお知らせ

- 「ハヤカワ歯科のホームページ」では、「当院の診療方針」や「ハヤカワ歯科インフォメーション」のバックナンバーを掲載しています。これからも、皆様のお役に立つ情報の提供と内容の充実に努めてまいります。  
<http://www.hayakawashika.com/> 「ハヤカワ歯科松戸市小金原」検索をお願いいたします。
- 「小児の歯並び」「咬合育成」「口腔機能向上」のご相談、  
隨時受け付けております。
- 口内の機能の維持のための「オーラルフレールの検査」、  
「トレーニング」を行っています。

日曜診療日(9時~13時30分)

10月12日、19日 / 11月9日、30日