nico CONTENTS

[ニコ]

8
AUGUST 2016

特集

むし歯を止める＆治すには？ 6

イマドキ歯みがき剤の使いかた選びかた。

東京医科歯科大学副学長
う蝕制御学分野教授　田上順次

STEP1
歯みがき剤、タップリと使ってますか？ 7
様変わりした歯みがき剤事情。歯みがき粉？　いえ、「歯みがき剤」です。
予防の基本はプラーク除去と歯みがき剤。

STEP2
ある段階までむし歯は止められる！ 12
元通りに治せる段階もあります。初期むし歯（CO）の治療とは？

STEP3
いつもの歯みがきを「攻めの予防」に！ 16
イマドキ話題の歯みがき剤は？

STEP4
完璧を目指さず、ポイントを押さえて気長に続けよう。 20

STEP5
削って詰める歯を減らしたい！ 22

FROM DENTAL CLINIC

ちいさなおくちじまん 4
生えかけのおとなの歯、大切に守っていくよ！

アスリートも歯がいのち！ 28
アスリートと歯の外傷の巻
埼玉県・ホワイト歯科／日本バレーボール協会メディカル委員　太田武雄

2016
August

TOPICS

歯科の伝説検証ファイル！ 24
詰め物の横がまたむし歯に。歯医者が下手なせい？
鶴見大学 歯学部保存修復学講座教授　桃井保子

みんな知ってる？ 歯ってどうなってる!? 26
見えない歯根がとてもだいじ！
日本歯科大学 解剖学第1講座教授　佐藤 巌

こちら南小平駅前歯科 30
電動歯ブラシって、いいのかな？
NPO 法人「歯と口の健康を守ろう会」理事長　安田 登

デンタルトリビア 32
京都府・笠置歯科口腔外科診療所院長　岩城倫弘

発見！ 歯・歯・歯ミュージアム 36
禅師の教え
株式会社広栄社 取締役会長　稲葉 修

HOW TO？

ほぐして、ゆるめて、リラックス **眼・耳・指のかんたんヨガ講座** 38
暑い夏、グッスリ眠るには？
龍村ヨガ研究所所長　龍村 修

治療中のやわらかレシピ 53
えびしんじょのマヨネーズ和え
東京医療保健大学 医療栄養学科教授／管理栄養士　小城明子

ESSAYS

くらしの覚え書き　岸本葉子 40
バイオできれい

まちなかぐるり紀行　なかだえり 42
穴場スポットを探しに犀川沿いへ

Mark Farrell's comic series 46
サマーキャンプは甘〜い誘惑だらけ ?!
穴あけインディアン現る！

旅の日々。　長綱淳平 50
砂漠ドライブ

読者プレゼント 55
イータック歯ブラシ防菌スプレー

次号予告・バックナンバー 56

歯科用語便利ガイド 2016　平野滋三 58

編集後記 60

DENTAL ARCHIVES

口腔粘膜の病気を知りたい！❽
意外と多い味覚障害
慶應義塾大学 医学部歯科･口腔外科学教室　角田和之