



特集

むし歯予防に。歯周病予防に。—— 6

お口に効く! プロバイオティクス

11

NOVEMBER 2016

日本歯科大学名誉教授 鴨井久一

STEP1
プロバイオティクスってなんのこと? ————— 7
人生の伴走者、細菌を味方に!
細菌のバランス、改善するとなぜよい?

STEP2
プロバイオティクスのメカニズムを知りたい! ————— 12

STEP3
むし歯にも効きます。 ————— 14
歯周病の改善に効くのはなぜ?

STEP4
乳酸菌ならどれでもいいわけではありません。 ————— 18
なぜ毎日摂る必要があるの?

STEP5
細菌の世界もバランスと多様性が大事です。 ————— 22

FROM DENTAL CLINIC

ちいさなおくちじまん ————— 4
矯正ノートをみるたび治療の効果を実感!

アスリートも歯がいのち! ————— 28
トップアスリートの親知らず問題の巻
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 November

TOPICS

- 歯科の伝説検証ファイル!** _____ 24
出産すると歯が悪くなるのは仕方のないこと。
日本歯科大学 生命歯学部衛生学講座教授 八重垣 健
- みんな知ってる? 歯ってどうなってる!?** _____ 26
歯肉溝ってなに?
日本歯科大学 解剖学第1講座教授 佐藤 巖
- こちら南小平駅前歯科** _____ 30
もしかしたら本当に歯科衛生士さんに?
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
江戸的楊枝作法
株式会社広栄社 取締役会長 稲葉 修

ESSAYS

- くらしの覚え書き 岸本葉子 _____ 40
バッグを忘れた!?
- まちなかぐるり紀行 なかだえり _____ 42
長く付きあいたい人たちとワインに出会う旅
- Mark Farrell's comic series _____ 46
穴あけ族の新製品!
砂糖入りハミガキ バブルヤミー
- 旅の日々。 長綱淳平 _____ 50
タクシーブルース
- 読者プレゼント _____ 55
するふわフロス
- 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

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
皮ふのはたらきを高める指圧法
龍村ヨガ研究所所長 龍村 修
- 治療中のやわらかレシピ** _____ 53
かぶと柿の和え物
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

DENTAL ARCHIVES

口腔粘膜の病気を知りたい! ①

病的に見えてじつは病気ではない変化とは?

慶應義塾大学 医学部歯科・口腔外科学教室 角田和之