

Feature 特集

紙巻・加熱式・電子タバコ……

何問
わかる?

いまだき タバコクイズ!



…… 10

稲垣幸司 愛知学院大学短期大学部歯科衛生学科教授

- Q タバコはリラックスやストレス解消になる? …… 12
 - Q タバコがやめられないのは、その人の意志が弱いせい? …… 14
 - Q 加熱式タバコは紙巻タバコより害が少ない? …… 16
 - Q 加熱式タバコは禁煙の助けになる? …… 18
 - Q 電子タバコは紙巻タバコより害が少ない? …… 19
 - Q 短期間、禁煙したところで意味はない? …… 20
- など



For Your Smile あなたの“ニコ”のために

手づかみ食べ写真館 …… 6

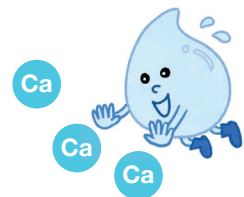
Vol.8 歯並びが気になるなら……

柿崎陽介 宮崎県●矯正・小児ひまわり歯科院長

ムリなく&おトクに健康 マウステーピング …… 8

第8回 貼って寝ただけで血糖値が下がった!

中島潤子 長野県●なかじま歯科医院院長



Special Report 特別企画

歯医者さんもすすめています!

鼻うがい

堀田 修 宮城県●堀田 修クリニック院長／内科医





歯科医院用
とじこみ付録
(ダウンロード対応)

いまだきタバコ
6つの
クエスチョン

監修 稲垣幸司



ダウンロード方法は
p.64をご覧ください。



Regulars 連載

- ゼロからわかる むし歯の予防&治療** 22
File 2 いったい何が起きている?
伊藤 中 大阪府●伊藤歯科クリニック院長
岡田洋子、大西安理佐、渡辺志穂、宮田由衣、田中美羽、中田理恵 同 歯科衛生士
- 働くおとなの「モチベ残高」講座** 26
第8回 モノの見方を変える「リフレーミング」
角 祥太郎 株式会社clapping hands 代表/歯学博士
- 家族ががんになった、そのとき** 28
File 2 がん治療と仕事・生活を両立させるには
山崎知子 埼玉医科大学国際医療センター耳鼻咽喉科(頭頸部腫瘍科)教授
- 続・バイオフィルム公国物語
歯周病菌と行く体内旅行記 34
第20話 誰がために肉は降る
天野敦雄 大阪大学大学院歯学研究科予防歯科学講座教授
- 前歯が突然落ちてきた。私に笑顔が戻るまで** 47
第20話 インプラントも「メンテナンス」!
坂本慎太郎
- はばたけ! 歯科衛生士のたまご** 54
STEP8 「清潔域」と「不潔域」
飯島瑤子/相澤直依 日本歯科大学東京短期大学歯科衛生学科
野村正子 元 日本歯科大学東京短期大学准教授

Others その他

- 読者プレゼント 53
ブラウン オーラルB
iO4 プロフェッショナル
- 次号予告・
バックナンバー 58
- 予防の常識・非常識 60
藤木省三
- 歯科用語
便利ガイド 2023 62
平野滋三
- 編集後記 64

Columns コラム

- 教えて! 歯医者さん Q&A 32
歯みがき剤選びのポイントは?
関野 愉 日本歯科大学生命歯学部歯周病学講座准教授
- みじかにある お口がいい食べ物 50
第2回 野菜好きな子に、むし歯が少ない?
島谷浩幸 大阪府●堺平成病院 歯科科長
- ニコな社会を目指して ニュースキーワードで知る地域社会 56
第8回 アピアランスケア
所 真由美 信州大学医学部附属病院信州がんセンター看護師長
- 治療中のやわらかレシピ 57
揚げかつおのレモンマリネ
小城明子
東京医療保健大学医療栄養学科教授/管理栄養士



カバーイラスト●大滝まみ
デザイン●大久保裕文+
小淵映理子+山口華子+小山内穂絵 (Better Days)