

六本松を中心とした
地域情報誌
毎月25日ぐらいに発行
<編集・発行>
(株)ジャパン・スマイルか
TEL 761-8800
FAX 752-2620

いるか



皆さんの歯 よく磨けています！

今月ご紹介するのは、梅光園1丁目バス停そば「家入歯科医院」。平成元年3月オープン。今年で29年。院長は家入浩二先生。昭和32年生まれ、60歳。熊本出身、宮崎育ち。
+父は転勤のある仕事をしていましたが、祖父が歯科医師だったと聞き、なぜかその道を選びました。歯科医師としては34年になります私自身、甘いものが大好きな歯医者なので、自分の歯と長く付き合う方法をお教え致します。



◎開業をするのに六本松を選んだのは・・・

大学の教養部時代にこの六本松に住んでいました。「勝手知ったる・・・」で私にとって馴染みのある街だったので。

◎歯医者さんが一番におすすめすることはなんですか？

1にも、2にも歯を磨くことです。上手な磨き方、ツボを得た磨き方をすることで虫歯や歯茎の病気を防ぐことができます。歯の治療や歯石取りなどで来院された時などにお教えいたします。

◎他に大切なことはありますか？

子どもなど特に甘いものが好きですが、糖分の摂りすぎに要注意。虫歯の他にいろんな病気につながります。夏の暑い時に飲むスポーツドリンクも要注意。糖分を摂りすぎ口の中に糖分が残ると虫歯になります。ジュース、スポーツドリンクを飲んだ後に麦茶を飲むとかうがいをするなどをして口の中に糖分を残らないに注意して下さい。

◎幼い頃、歯を丈夫にするためにいりこなどを食べていましたが・・・

いりこに多く含まれるカルシウムは「歯」よりも、歯を支える「骨」に大切な栄養です。高齢になっても自分の歯で毎日の食事を楽しむためにも、カルシウムだけでなくビタミンDをしっかりと摂ることが必要です。

歯科医師は痛いときだけでなく、
健康維持のための
口のホームドクターとして
「歯科検診」もお待ちしております！



場所：福岡市中央区梅光園1丁目1-5
ロイヤルマンション六本松1階
診察時間：月～金 9:00～12:30 14:00～19:00
土 9:00～13:00
休診日：日曜日・祝日、土曜日(月に一度)
TEL：092-733-0212



☆ ★ 11月の催し ☆ ★

日時	催事内容	料金	お問い合わせ	TEL
2018/1/21 (日) まで	福岡市科学館開館記念特別展 「宇宙なひと ～つながり、時空を超えて～」 ※料金の詳細は福岡市科学館HPを参照 (基本展示室と特別展のセット券もあり)	《特別展》 大人 1,000円 高校生 800円 小中学生 600円	福岡市科学館	731-2525
11/11 (土)	スペシャル企画 ロボラボ (ROBOLAB) プログラミング教室 時間：13:00～17:00 対象：小学校4年生～6年生 申込：福岡市科学館HPの 参加応募フォームより申込 共催：日本アイ・ビー・エム株式会社 ユーオス・グループ九州支部	無料		福岡市科学館ホームページ https://www.fukuokacity-kagakuKan.jp/
11/23 (木・祝)	「宇宙なひと～つながり、時空を超えて～」 関連イベント 講演会 「宇宙なひとをつなぐ -フライトディレクターの仕事-」 講演者：JAXA 有人宇宙技術部門 宇宙飛行士・運用管制ユニット JAXA フライトディレクター 西川岳克氏 時間：14:00～15:30 募集方法：当日整理券配布、先着順	無料		福岡市立中央児童会館 741-3551
11/5 (日)	ダイス博士の 世界のボードゲームで あそぼう！ 時間：13:00～14:00 対象：小中高生20名程度 申込：不要	無料		中央児童会館あいくるホームページ http://www.jidoukaikan-aikuru.or.jp/
11/23 (木・祝)	福岡市レクリエーション協会の方と一緒に みんなであそぼう！ 体を動かしてあそぼう！ 時間：13:00～16:00 対象：小中高生(幼児は保護者同伴で) 申込：不要	無料		
11/25 (土)	人形劇がやってくる！ ～よろず劇場とんがらし～ 演目1：えん・えん・え～ん 演目2：ザ・ドラマティック腹話術 あかづきんちゃん 時間：14:30～15:30 申込：不要	無料		

売マンション
エステートマンション大濠フローレンス 5F
 ◆間取り.....4LDK (97.07 m)
 ◆所在地.....中央区鳥飼1丁目
 ◆価格.....3,180万円
 ◆交通.....地下鉄六本松駅徒歩 12分

ワンフロア2戸!
 大濠公園近く!

平成29年3月
 室内リフォーム済で
 水廻り等もきれいになりました!

スーパー近く!



賃貸アパート
ポナール谷 2F
 ◆間取り.....2K (39.74 m)
 ◆所在地.....中央区谷2丁目
 ◆賃料.....61,000円
 ◆交通.....地下鉄六本松駅徒歩 8分

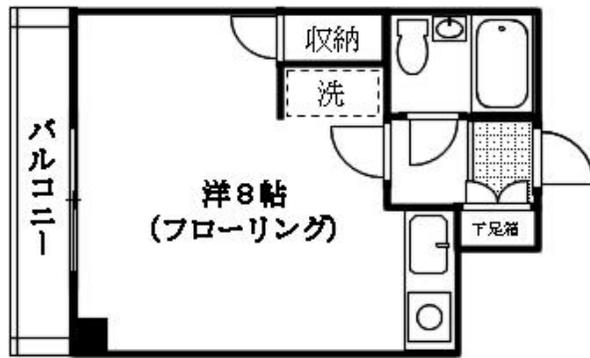
Wifi

事務所使用
 相談!

敷地内駐車場あり! 10,800円



分譲賃貸マンション
朝日フラザ大濠II 1F
 ◆間取り.....1R (20.14 m)
 ◆所在地.....中央区草香江1丁目
 ◆賃料.....35,000円
 ◆交通.....地下鉄六本松駅徒歩 3分



スーパー・コンビニ近く便利です!
 大濠公園近く!

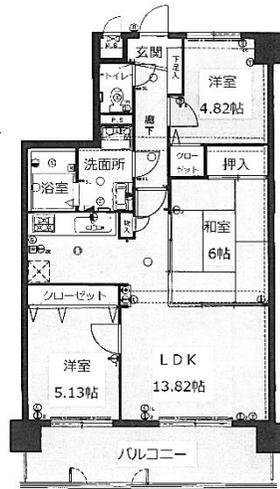
分譲賃貸マンション
グレイスマンション篠栗 5F
 ◆間取り.....3LDK (65.32 m)
 ◆所在地.....糟屋郡篠栗町大字尾仲
 ◆賃料.....75,000円 (駐車場1台込)
 ◆交通.....JR篠栗駅徒歩 6分



ペット飼育相談!

駐車場1台無料!

南向きで
 日当たり良好!



上記物件のお問い合わせは 広告有効期限 H29/11月末 媒介
 (公社)福岡県宅地建物取引業協会 福岡県知事免許(9)8407号
 地域密着型不動産業ジャパンでスマイル!
(株) ジャパン・スマイルか
 福岡市中央区六本松4丁目9-4 TEL (092) 761-8800
 Eメール iruka-japan@par.odn.ne.jp ホームページ http://www.iruka-japan.com



火災報知器の点検を

秋の深まりとともに寒さを感じていくこれからの季節。空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節でもあります。火災にいち早く気づき、命を守るために火災報知器は必要不可欠です。



○すべての住宅に火災報知器の設置が必要

消防法の改正により、新築住宅では平成18年6月1日から、すでに建築されていた住宅は福岡県では平成21年6月1日から火災報知器の設置が義務となっています。

○火災でなくても音が鳴ることも...

火災報知器にほこりが溜まっていたり、くもの巣ができていたりすると、誤って鳴ることがあります。定期的にほこりを払うなどをして誤作動させないようにすることが必要です。また、電池の寿命や湿気によって誤作動してしまうこともあります。



○本体交換の目安は10年

設置から時間が経つと、電子部品や電池の寿命などで火災を検知しなくなることがあります。設置から10年経っている火災報知器であれば交換が必要です。自動火災報知設備が設置されているマンションにお住まいであれば、業者による定期的な点検で正常に作動することの確認が必要です。

健康コラム⑤

“やる気スイッチ”



当院に通院中の40代の糖尿病男性。体重は常に94~95kgあって、血糖値の状態を示すHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)は7.5%前後。なかなか改善しない。しかし先日、突然1ヶ月で5kgのダイエットに成功し、HbA1cは6.6%に急降下しました。理由を聞くと、「前回先生に脅かされた」と言うのです。私は基本的に脅しません。脅すことが生活習慣改善に直結しないと考えているからです。たまたま先月は「尿中アルブミン」という腎臓合併症の検査をして軽度の異常が見つかりました。「初期の腎症の可能性がある」と伝えたのがよほどショックだった様子で、「透析になるかも」と危機感を持ったそうです。本人の“やる気スイッチ”が押された訳です。

こうなるとしめたもの。HbA1cが下がったことで“やる気スイッチ”はオンのまま。「来月はさらに頑張る!」という発言につながりました。自分もやればできると実感することが更なる動機になるのです。これを「自己効力感」と言い、糖尿病治療で私が最も重要と考えているもの。できるだけ薬を使わず治療する方針なのも「自己効力感」を味わってもらいたいからです。

“やる気スイッチ”は人それぞれ。患者さん自身もどこにスイッチがあるか気付かないものです。会話の中に“スイッチの場所”のヒントが隠れていることもあるので、こちらが気付いてあげることが大事だなと感じた外来のやり取りでした。



糖尿病ケアクリニック六本松
 院長 大久保 賢
 福岡市中央区谷1-9-19メディカルビル谷II2階
 TEL:092-733-8761

賃
 賃
 物
 件
 .
 売
 買
 物
 件
 募
 集
 中
 !!