

😊クリーニングの流れ😊

・歯ブラシだけで落としきれない汚れや歯石、着色を落としてお口の健康を守りましょう！

- ① **超音波の機械**を使って歯石や歯垢を落とします。



- ② **専用のブラシとチップ**で歯の表面を磨きます。
キメが粗めと細かめの**研磨剤**で磨くことによって汚れを落として、付きにくくします。



- ③ **歯と歯の間の汚れ**を落とします。

- ④ **虫歯予防効果のあるフッ素**を塗布します。

* 汚れで隠れていた虫歯が見つかることがあり、痛くなる前に治療することも可能です。

皆さんも、お口の健康を守るためにも4ヵ月に一度検診でクリーニングしてみたいかでしょうか？

紅葉は 日の最低気温が 10℃以下になると進み、色付き始めてさらに 5℃以下になると一気に進むそうです。

美しい紅葉の条件には
「昼夜の気温の差が大きい」
「夏が暑く日照時間が長い」
「夏に十分な雨が降る」
…などの条件が必要だそうです。
今年の紅葉はどうでしょうか…
吉田(小)



この前札幌駅で揚げパンの上にソフトクリームが乗っかっている「ひつじのつの」というものを食べました(-)
揚げパンはあったかいのにソフトクリームは冷たくて、なんだか不思議な感じでしたが美味しかったです(^ ~ ^)

森



友達と食べたデザートプレートです☆
ガトーショコラと生クリームの部分はわたしが全部食べました(´0´)／

若狭



この間、JR で小樽に行き、小樽水族館でイルカのショーも見してきました♪
その後お寿司を食べたのですが、今まで生きてきたなかで一番おいしいお寿司でした(´0´)
中でもさんまのお寿司にはとても感動しました！！

吉田 (恵)

