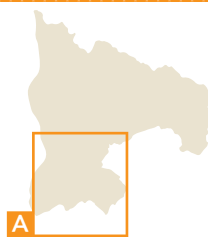




# 医療機関マップ 歯科医院マップ

A エリア ①



※マップ上には、広告をご掲載いただいた施設のみ表示しています。  
※このページは有料広告ページです。  
※歯科医師会会員一覧はP178~179をご覧ください。



## 木村歯科医院

朝日大学歯学部 非常勤講師 歯学博士 院長 木村拓郎

歯科用CT診断



〒573-0032 枚方市岡東町17-3

TEL:072-861-7788

<https://kintaku.net>

枚方市駅 徒歩 1分



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30~13:00	○	○	/	○	○	○	/
15:00~18:00	○	○	/	○	○	○	/

【休診日】水・日・祝

入れ歯治療相談  
レーザー治療相談  
自由診療  
インプラント  
374,000円~396,000円(税込)

生活ガイド

# ひがき歯科クリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土

午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 15:00~19:00	●	●	●	●	●	●
午後 14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日 土曜午後・日曜祝日

〒573-1182 枚方市御殿山町16-1 **072-898-8090**

日本歯周病学会 歯周病専門医  
院長 日垣 孝一  
副院長 日垣 星河(女医)



# 平井歯科医院

HIRAI DENTAL OFFICE 1979

HP ご予約・訪問診療のご相談は **072-846-8841** Instagram

〒573-0048 枚方市山之西町32-11

昭和54年開院の地域に根ざした医院です。

バリアフリー  
土曜診療  
駐車場3台  
軽専用1台

# やまざき歯科

TEL: 072-812-2518

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:00	○	○	○	○	○	△	×
14:30~19:30	○	○	×	○	○	×	×

最終受付は終了30分前で  
□…祝日がある週のみ診療。△…午後12:00までとなっております。  
<https://www.yamazakisika.com>  
光善寺 やまざき歯科 検査  
専用駐車場5台有り  
枚方市東中振2-8-25

# 陰山歯科医院

TEL: 072-841-2096

診療時間	月	火	水	木	金	土
外来 9:00~11:00	●	●	●	●	●	●
訪問 9:00~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日 日・祝日  
※都合により診療時間が変わる事がございます。  
〒573-0034 枚方市岡山手町5-18

# ミヤケ歯科医院

TEL: (072) 853-3600

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9:30~午後12:30	●	●	●	●	●	●	●
午後3:00~午後 9:00	●	●	●	×	●	×	×

休診日/木曜、土曜午後・日曜・祝日  
健康保険取扱い  
〒573-0084 枚方市香里ヶ丘4丁目2-3  
香里ヶ丘 COORO 内 香里ヶ丘図書館南隣り

# 植木歯科

TEL: 072-844-7700  
FAX: 072-843-3826

枚方市岡東町12-1-407 サンブラザビル4F

# 里口歯科医院

TEL: 072-833-1560

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
am 9:30 から	●	●	●	●	●	●	●
pm 12:30 まで	●	●	●	●	●	●	●
pm 5:30 から	●	●	●	●	●	●	●
pm 7:30 まで	●	●	●	●	●	●	●

訪問診療に力を入れています  
枚方市北中振 4-8-15 友田ビル 2F

# あかつき歯科医院

TEL: 072-805-4618

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30~18:30	●	●	●	●	●	●	●

枚方市池之宮 2丁目 6-11 ルミエール池之宮 101  
キッズスペースあります

## 口の中はセンサーがいっぱい 健康な歯と歯茎のために

歯は人間の体の中で唯一、ほとんど自然治癒力の働かない部分と言われています。虫歯も歯周病も予防と早期治療が一番。

また、栄養学の立場から「咀嚼(噛む)」については、口腔は脳に最も近いところにあって脳神経と密接な関係があるうえに、噛むことで食べ物と唾液をまぜるという大切な役割があります。

唾液には消化酵素のほかホルモンと似た働きをする物質も多く含まれていますから、よく噛んでたくさん唾液を分泌することで食べる幸福感や生きる意欲にもつながっていきます。

できるだけ噛み応えのある食品を摂りましょう。また、噛むという刺激が、歯と顎(あご)の間の歯根膜にある三叉神経系を通して脳に伝わり、脳の働きを活発にするのだということも分かってきました。

# 内海歯科医院

TEL: 072-846-5022

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	●	●	●	×	●	●
PM 2:00~ 6:00	●	●	●	×	●	×

休診/木曜日・日曜日・祝日  
枚方市山之西町28番25号 駐車場あり

# ころろ歯科

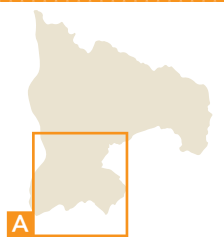
KORO DENTAL CLINIC

〒573-0023 枚方市東田宮 1丁目 11-30  
TEL 072-804-0118



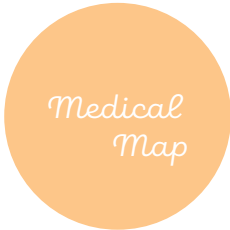
# 医療機関マップ 歯科医院マップ

A エリア ②



※マップ上には、広告をご掲載いただいた施設のみ表示しています。  
※このページは有料広告ページです。  
※歯科医師会会員一覧はP178~179をご覧ください。





WATABE DENTAL CLINIC  
**渡辺歯科医院**

診療日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	▲	●	●	休診
15:00~19:00	●	●	●	▲	●	休診	休診

祝日休診 ▲木曜は不定休

〒573-1183  
枚方市渚南町24番地33号 京阪・御殿山駅 徒歩2分

☎(072)840-0565

Column

### 歯の健康 Q&A

#### ◎どうしてよく噛んで食べることが体に良いの？

歯を守り、自分で噛むことができるかどうかは、大きく健康に関わってきます。噛むことで次のような健康効果が期待されます。

- ①よく噛んで食事をすると唾液や消化液の分泌を促し、消化・吸収がよくなる
- ②満腹感を味わえ、肥満防止になる
- ③噛むという動作が脳に刺激を与え活性化するため、認知症予防になる



#### ◎悪い歯を放置するとどうなる？

→噛み合わせが悪化し変調をきたす

歯が抜けたままになっていたり、虫歯で穴があいていたり、抜くべき歯を抜かず放置していたり、詰め物がとれたままになっていたりするだけでも、噛み合わせは悪くなります。噛み合わせが悪いと下あごがずれ、肩こりや頭痛、耳鳴りなどの変調をきたしたり、内臓諸器官に負担がかかるなど、全身にダメージを与えることもあります。



→咀嚼(そしゃく)力の低下が健康を害する

奥歯の第一大臼歯を1本なくすだけでも、噛む力は60%程度に低下します。義歯(入れ歯)を使うという方法はありません。咀嚼力が低下すると固いものが食べられず、食事が偏りがちになり、栄養障害やスタミナの低下を招きます。

また、唾液の分泌が減って、消化が悪くなり、胃腸に大きな負担がかかります。何より食事を楽しめないことがストレスにもなります。

食事を楽しく味わい、必要な栄養素をとって健康を維持するためには、歯を守ることが大切なのです。

Column

### 歯の健康維持の為 歯科の主治医をもとう

現代の食生活は虫歯や歯周病を増やしただけでなく、思考力や集中力、生活習慣病などにも影響を及ぼしているという説があります。

今恐れられている歯周病の主な原因は生活習慣です。偏った食生活や夜行性、喫煙、過度の飲酒など生活習慣の乱れと歯磨き習慣の乱れは表裏一体。また、糖尿病、ホルモン変調、心身症なども歯周病の原因といえますので、それぞれの専門医にも相談してください。

歯はその人の一生にかかわってきます。歯と健康をトータルに考えるためには、信頼できる“歯の主治医”をもちたいものですね。



生活ガイド



# 医療機関マップ 歯科医院マップ

B エリア

B

※マップ上には、広告をご掲載いただいた施設のみ表示しています。  
※このページは有料広告ページです。  
※歯科医師会会員一覧はP178~179をご覧ください。



## 医療法人 矯正歯科専門 深井矯正歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
10:00~17:00	/	/	/	/	/	●	/
13:30~19:30	▲	●	●	/	●	/	/

▲月曜日：月2回、13:30~19:30 診療  
※臨時休診がございます。詳しくはHPの診療カレンダーをご覧ください。



こども~大人の  
矯正歯科専門  
の医院です



『安心と信頼の矯正治療』これが私たちのモットーです

枚方市町楠葉1-4-8 シャルム橋内ビル3F tel.072-864-6435





*Column*  
**大人の8割以上が  
 歯周病に!?**

日本人が歯をなくす原因は、20歳前後までは虫歯が圧倒的。しかし40歳くらいから歯周病(歯肉炎や歯槽炎)が原因となるケースが急増します。歯をなくす原因の9割が虫歯と歯周病ですが、歯周病は全体の半数以上を占めています。日本では歯周病の罹患率は非常に高く、なんと成人の約8割以上が罹患しているといえます。しかし、歯周病は虫歯と違ってあまり痛みがないため、気づいたときには手遅れになりがち。ですから、日頃からきちんとケアして予防することが大切なのです。

**歯科 小児歯科**

**やまざき歯科医院**

《自由診療》インプラント 45万円~60万円

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	/
15:00~19:30	●	●	/	●	●	/	/

**☎(072)836-8241**  
<https://yamazaki8241.jp> **P有り**

枚方市南楠葉1-54-9 《樟葉小学校正門前》



*Column*  
**歯の健康のための歯磨き**

//////////

◎食後すぐに磨く!

歯垢の定着を防ぎ、口内を清潔に保つためには、食事後すぐに歯磨きをすることが大切。デンタルフロス等の歯間部清掃器具の兼用も効果的です。歯と歯ぐきを傷つけないよう軽い力で丁寧にブラッシングしましょう。

◎歯ブラシの毛先を小刻みに動かすこと!

磨き残しを防ぐには、歯ブラシの毛先を小刻みに動かし、1~2本ずつ磨くといいでしょう。1回あたり3分以上かけて、丁寧に磨きましょう。

◎腫れや出血には、歯ブラシのチョイスにも気をつけて!

歯ぐきに腫れや出血がある人は、毛先のやわらかい歯ブラシにとりかえ、歯と歯ぐきの境目を意識して磨くといいでしょう。

◎歯磨き剤は適量で!

歯磨き剤は泡が多くとつと磨けたような錯覚を起こします。歯磨き剤をたくさんつけないようにしましょう。



**三木歯科医院**  
 MIKI DENTAL CLINIC

当院の目指す3つのPOINT!

- 1 痛くない、怖くない治療を
- 2 歯を抜かずに残す治療を
- 3 歯の神経を残し長持ちする治療

ご予約・お問合せ ☎072-856-7878

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30~12:30	●	●	×	●	●	●
午後 2:00~ 6:30	●	●	×	●	▲	▲

▲…午後6:00まで ▲…午後5:00まで 水・日・祝休診

枚方市 三木歯科医院 検索

**小川おとな子ども歯科**

赤ちゃんからご年配の方まで 一生の歯を守るための予防もしていきませんか?

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	●	●	/	●	●	●	/
14:30~19:00	●	●	/	●	●	※	/

※土曜日の午後は13:00~17:30  
 祝日のある週は、水曜日の診療を行っております。

☎072-855-5050

枚方市楠葉並木 2-30-1 くずはタワーシティー 1F



**かたおか歯科クリニック**  
 KATAOKA DENTAL CLINIC

院長 片岡 智博 (大阪大学卒業)

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	○	○	○	-	○	*
14:30~19:00	○	○	○	-	○	*

休診日/木曜・日曜・祝日 \*土曜は 8:30~13:00 14:00~17:30

☎072-866-6222 **P有**

〒573-1105 枚方市南楠葉1丁目30-1 エクセレントTKビル1階

**きたむら歯科医院**  
 KITAMURA Dental Clinic

診療時間	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
9:00~13:00	●	●	●	●	●	▲	-
15:00~19:00	●	●	●	●	●	-	-

▲…土曜日は12:00まで

☎072-845-4563

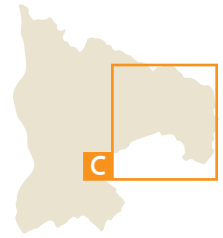
京阪「枚方市」駅よりバス10分  
 「甲斐田東町」バス停前  
 ※バスは10分~15分ごとに運行

枚方市田口1-10-39



# 医療機関マップ 歯科医院マップ

C エリア



※マップ上には、広告をご掲載いただいた施設のみ表示しています。  
※このページは有料広告ページです。  
※歯科医師会会員一覧はP178~179をご覧ください。



枚方市宗谷 1-1-5  
駐車場有



医療法人  
**なかにし歯科医院**

**診療時間** 平日 9:30~12:30  
15:00~20:00  
土曜 9:30~13:00  
(矯正診療日17:00まで)

**休診日** 日・祝・祝日のない週の水曜

☎072-896-0008

なかにし歯科.com 検索





医療法人 焔陽会  
**HCC 畑山歯科医院**  
HATAYAMA DENTAL CLINIC  
歯科・インプラント・歯科口腔外科・小児歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	●	●	●	●	●	●	×
15:30-19:00	●	●	●	×	●	×	×

休診日: 木曜午後、土曜午後、日・祝

**072-868-6480**  
枚方市長尾元町2-13-27

Column

## 歯周病予防

### ◎歯周病予防診断チェック

- 歯に歯垢がたまっていないか?
- 歯ぐきが赤く充血し、腫れていないか?
- 歯を磨いたときに出血しないか?
- 歯ぐきがむずがゆい感じがしないか?
- 口の中が嫌なにおい(口臭)がしないか?
- 歯ぐきを押しと臭い膿みが出ないか?
- 食べ物がよく歯にはさまらないか?
- 水を飲むと歯や歯ぐきにしみないか?
- 朝起きたときに、口の中がねばついているか?
- 歯が少しぐらぐらしないか?
- 歯ぐきが腫れ、痛まないか?
- 歯がグラついて、ものが噛みきれないことはないか?
- 歯が長く見えるようになっていないか?

ひとつでも  
心当たりがある場合は、  
早めに歯科検診を!



### ◎歯磨きと歯ぐきブラッシングが基本

歯周病を予防するには、丁寧な歯磨きで歯垢を除去し、歯ぐきをブラッシングすることが基本です。

ブラッシングすることで血液とリンパ液の流れがよくなり、自然治癒力が高まるため、初期の歯周病なら数ヶ月間毎日しっかりブラッシングすれば歯ぐきは回復します。



### ◎しっかり噛む、禁煙する

食べ物をよく噛むことも大切です。よく噛んで食べると歯の細菌は落とされ、唾液がたくさん出て食べカスも洗い流されるという自浄作用が働くほか、歯とあごの骨も丈夫になるからです。やわらかいものばかりでなく、固いものもしっかり噛んで食べましょう。

また喫煙も歯周病を悪化させる要素になるため、予防にはできるだけ禁煙したほうが良いでしょう。



### ◎歯周病のかかりはじめを見逃さない!

歯周病は自覚症状が少ないだけに、早期発見が大切です。

自覚症状があれば早めに歯医者に行き、歯垢や歯石を除去してもらいましょう。そのときに正しいブラッシング方法の指導を受け、半年に一度か年に一度の割合で、定期的にチェックしてもらおうといいでしょう。