

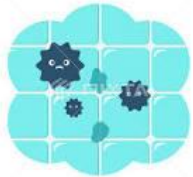


## トピックス

### 水垢の対策！

水垢（すいこう）とは、水道水中のカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分が水滴中で結晶化して形成される白い粉状の堆積物です。水垢が付着すると、浴室のタイル、鏡、シンク、蛇口などの表面に白い斑点や堆積物ができ、見た目が損なわれることがあります。

水垢を防ぐためには、定期的な清掃と予防策が必要です。以下に、水垢防止のための一般的な方法をいくつかご紹介します。

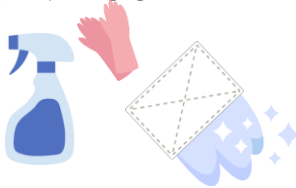


#### <浄水器の設置>

一番は、水垢の原因となる水道水中のミネラルを減少させることです。濃度を薄めるために浄水器を取り付けます。そうすると水垢の生成が抑制されます。

#### <定期的な清掃>

定期的に清掃を行い、水垢の蓄積を防ぎます。浴室やキッチンの表面をこまめに拭いたり、汚れが付着している場合には早めに取り除くように心がけましょう。そうすることで水垢の付着を防ぎます。



#### <防水スプレーの利用>

防水スプレーを使い、浴室のタイルやガラスに薄い保護膜を作ります。これによりタイルやガラスに水分が付くことを防ぎ、水垢の発生を抑えます。

## ちよつと紹介

### 健康な歯のメリット

歯を健康な状態で維持することには多くのメリットがあります。下記の3つは、良好な歯の健康がもたらすメリットになります。



#### 良好な会話と笑顔

歯の健康が保たれていると、発音や会話に支障が生じにくくなります。

また、きれいな歯並びや白い歯は自信を与え、良い笑顔を保つ助けになります。

#### 心身の健康に寄与

歯の健康が良好な場合、口腔内の細菌や感染症のリスクが低減します。

これが全身の健康にも寄与し、心臓病や糖尿病、関節炎などの慢性疾患のリスクを軽減することが期待されます。

#### 歯周病や虫歯の予防

歯の定期的なケアや歯科検診を通じて、歯周病や虫歯の発生を予防できます。

これにより、痛みや不快感を防ぎ、歯を長寿命に保つことが可能です。

