

転車移動ですから自転車の置き場がなくとも困りません。

食事の系統として、とにかく困らないのはラーメンや中華料理。どの地区にもたくさんあり、味のレベルはどこも高いです。これは新宿の特徴かタイ料理も意外と豊富です。僕は東南アジア料理が好きなのでありがたいです。特に早稲田・高田馬場地区では行きつけのお店をいくつか持っています。カレー屋やインド料理も困りません。数は少ないですが、何か所か洋食の美味しいお店を見つけました。



意外と…美味しいおそば屋さんが少ないんです。うどん屋さんはあるてもおそば屋さんがないんです。午前中の診療が終わるとお腹が

すくのでガッツリ食べたいな！と思うことが多いのですが、今日はそばでも、という日もあります。と言うことで美味しいランチが食べられるところ募集中です！

金属アレルギー

むし歯を削った後などに補修するものとして金属は多用されています。今ではプラスチックの性質も良くなりましたし、陶材（セラミック）なども使われるようになっているので金属自体の使用は減っていますが、それでも圧倒的に使用頻度は多いです。さて、この金属の使用が問題になっているのはやはり金属アレルギーとの関連です。ちょうど僕が大学を卒業する頃（平成3年卒業）から注目

され始め、今では皮膚科と歯科の連携をしている所もあるようです。

口の中に使用する金属は唾液の中にさらされており、イオン化して溶け出してしまいます。人によってどの金属にアレルギーがあるのか異なりますが、自分にとって害になる金属が溶け出すと口だけではなく、アトピー性皮膚炎なども引き起こすことがあります。残念ながら健康保険の範囲で使用する金属（銀歯）もアレルギーの原因になってしまうことがあります。

歯科としての対策としては、とにかく金属を外し他の材質に変えていくことしかありません。時計やネックレスなどでアレルギー症状がある方は一度ご相談ください。安全な方法を考えましょう。