

から改善していかないといけないなあ  
あと考えてしまいます。

さて、高齢に向かう僕自身がどんなサービスが欲しいかと思うと、やはり栄養に配慮してくれるランチのお店です。午前中の診療をして午後  
は訪問診療に出るので、午後最初の訪問先近辺でランチを食べます。ただ、どの地区も中華やラーメン屋が多く、バリエーションがあまりありません。これは多分、多くのサラリーマンの方も同じ状況だと思います。

こういう時、栄養に配慮したお店や料理が検索できるといいなあと思います。栄養量（カロリー）を入れて洋食、和食とか種類を選ぶとどのお店の何を食べるのとか結果が出てくるなんて。健康志向が強くなってきた現代には必要だと思うんですけど。

以前「体脂肪計タニタの社員食堂」という映画を見たことがあります。ご存知の方もいるかと思いますが、社員食堂でいろんな工夫をしてダイエットメニューを作り出したタニタの物語。今ではタニタ食堂まで各地にあるようです。もっと健康に留意したお店が欲しいですね。

### 歯の土台

残念ながら歯の神経をとってしま  
い、差し歯を作る時に歯の根に土台（コア）を入れます。ここ最近、今まで経験しなかったトラブルが2例ほどあり、やっぱり難しいなあと思っ  
てしまいました。

実はこの土台、あまり太くしてしま  
うと歯の質が薄くなり、根が割れ

てしまうことが多くあります。個人的には細く、途中で折れたりしない金属がいいのでは  
とってしまし

た。しかし先日、土台が途中で折れてしまった方と、途中で大きく曲がってしまった方がいたので。それを見た時、やはり土台を太くした方が良いのかなあ…と考  
えてしまいました。

最近では金属ではない素材の土台も出てきているのですが、強度となるとちょっと不安が残ります。

差し歯はどうしても土台が必要になります。差し歯の根が割れたりするトラブルは本当に多くあります。まずは歯の神経を取らなくてよいようにしましうね。

