



小島利文 院長

小島歯科室

わくわく

スマイル通信 9月号

H24年

通算106号

今月の見出し

🐰 ご報告! 2012 夏 砂糖を使わないケーキ教室開催しました!
この夏来れなかったお友達も冬休みにもやるから是非来てね!!
🐰 歯科アシスタント奥村のスタッフ紹介のコーナー
新しく入った小島歯科室2名の紹介をしてくれませう!!
みなさん是非おほほえて名前を呼んであげて下さいね♡



おひさまたんご

ホームページアドレス <http://www.kojimashika.com>

ご報告!! 2012 夏 砂糖を使わないケーキ教室開催しました!!

こんにちは、小島歯科室の土井です。毎年夏休み・冬休みに開催しているケーキ教室、7/28・8/4の2日間行いました。



← 院長先生のデコレーションを真剣なまなざしで見ている子供達。



みんなで作ったケーキをがっよくデコレーションしている様子。いちごのクリームをたっぷりサンドしました。♡ 🍰 ♡



↑ ケーキを焼いている間、〇×クイズをしました。難しかったかな?



← みんなで記念撮影! →



私たちは歯科医療を通じて **楽しい笑顔 豊かな人生** の援助を目指します。

今月の
DH石川
オススメ

XYLITOL タブレット
ノンシュガー

¥350

こんにちは。歯科衛生士の石川です。ぐずしているお子さんに強い味方のアメ・ガム。お口に入れば、たちまちおとなしくなれますよね！頼っているお母様も多いはず。でも... アメやガムも「砂糖」が入っている場合は虫歯の原因になってしまいます。そこで「**XYLITOL タブレット ノンシュガー**」をご紹介します！キシリトールは①虫歯の原因の「酸」を作らない ②虫歯の菌の数を減らす ③虫歯になりかけた部分をもとに戻す（再石灰化）の効果があります。イチゴ味とグレープ味が一緒に入っています。ラミチャックなので、カバンでも持ち運ぶのも便利！ガムがかめないお子さんにもオススメです。



歯科衛生士・土井がお伝えしたい

こんなときどうしたらいいの？Q&A

Q や、ぱり手ご磨きより、電動ブラシや音波ブラシの方がキレイに磨けるんですよね？

A そうとも限らないです。もともと電動ブラシ・音波ブラシが「発明されたきっかけは高齢者や障害者の為につくられたそうです。手に力が入りづらい方や、動かすことが難しい方にオススメです。一般の方はどちらでも構わないのですが、電動や音波に変えたからバッチリ磨ける！というのは間違いです。正しい方法でお使い頂ければ+αの効果があります！

	手磨き	電動・音波
日時目安	5分	5分
ブラシの当て方	細かく動かす	優しく当てる
禁忌	—	タッチが強い

←これはほんの一例です。その方に合った使い方、指導、疑問等ありましたら、歯科衛生士にご相談下さい。

歯科衛生士・糟谷
ホワイトニングルーム



☆「歯を白くする」

歯磨き剤について☆

以前にも書いたことがあります
が患者様よりよく質問を受けますので
またお話していこうと思います。

市販されている歯磨き剤で
「歯を白くする」と書いてあるもの
これは歯についての着色をとり

歯本来の白さに戻すというもので
ホワイトニング成分が含まれている
わけではありません。

またそのような歯磨き剤の中には
歯にダメージを与えるほどの
研磨材が入っていることが多く
使用には注意が必要です。

1回に使用量は④←5~7mm程
力の入れ過ぎは禁物です。
電動歯ブラシ(音波式であっても)
には使用をしないように

してください。歯からの
お願い♡



今月の四コマ劇場

新学期の怪① 1



別にねらってジャレたんじゃなす

院長先生の休憩室



— お酒のトレーニング —

皆さん、こんにちは。残暑厳しい日が続きますが、お元気ですか？涼しくて過ごしやすい秋もうすぐです。そんな日を楽しみに頑張りましょう。さて、小島歯科室では、9月に医院一部の改修工事を行っています。（ほんの数日間のことですが、土、日を中心に数日に分け作業を行います）ご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、ご理解の程よろしくお願ひします。

今回、主に受付、待合室周りを行います。皆さんは患者様アンケートに答えたことのある方もいるかと思いますが、（待合室にファイルにして置いてあります。またホームページからも見れますので参考にしてください）待合室に関しては、壁が一部剥がれてきていますので、補修を行います。また外壁の傷んできたところをペンキ塗りを行います。駐車場から玄関にかけ足場が組まれますので、みなさんの通行の邪魔になるかもしれません。また、待合室内の水道を一本撤去します。（お手洗い側に、洗口コーナーが二箇所ありますので、今後こちらをご利用ください。）これに伴い、ミネラルウォーターの位置も移動します。

これらの移動、改修はそもそも、待合室の椅子が足りない、、というアンケート結果を反映して、その改善のために熟慮した結果行っています。多少なりとも椅子の確保を考えました。特に夕方以降、椅子に座れない方が出てくるようです。ただ、一日全体を見ますと、午前中は皆さんほぼ大丈夫です。皆さん約束の時間前に来ていただいております、ほぼ時間通りに診療室内に案内されているかと思いますが、椅子に座れないほどあふれることはないようです。ですので、むしろ、時間帯によっては待合室はガランとしています。そして、夕方、一番人が混み合う時間、椅子問題は一気に起こります。これらを踏まえ、全ての方が快適に過ごせるようにいろいろ考えて鋭意努力していきます。

受け付け周りも改修していくのですが、年々、医療事務が複雑化しています。パソコン等によりかなりスピーディに受付処理を行うようにしているのですが、それにも増して、制度の改変と、会計事務処理のステップ自体が増えています。今後、まだまだ保険制度は改変し続けていくと思われるので、なかなか難しい問題ではあるのですが、スタッフは適時努力していきます。一時的に慣れるためにご迷惑かけるかもしれません。

ここからようやく本題なのですが、みなさんはよくお酒は飲まれますか？私は実はあまりお酒を飲みません。というか、飲めません、要は弱いということなのです。いろんなお酒の場で、すごく飲めるんでしょ、と言われることが多いのですが、全然飲めません。ビールで言えばコップ一杯くらい、チューハイならジョッキ一杯はとても飲めなくて半分位行けばいいとこ。えー、そんな風に見えないですよと言われることもあります。そうなんです。そして、コップ一杯も飲んでいくと、寝てしまいます。「無理して飲み続けるとどうなるの？」と聞かれますが、無理する前に、眠くなって無理しようがないんです。お酒好きの従姉妹からは、「お酒飲まないんなんて、もったいない、



こんな楽しいことないよ」と言われます。が、私自身は、弱くても、お酒の席に誘われればいつも行きますし、弱いなりに楽しく参加しています。まあ何とかなっているんです。

そんな私ですが、以前に、お酒が強くなれないだろうかとチャレンジしてみたことがあるんです。大学生になって、初めてお酒を飲む機会に恵まれた時です。自分がお酒がほとんど飲めないことが分かりました。その次、その次、お酒の席で飲めないんですね。つまりそもそも弱いんだ、飲めないんだということが分かりました。友人から、「いつも飲んでないから飲めないだけなんだよ。何度も飲んでいるうちに飲めるようになるよ。」と言われました。そしてその後、友人のアドバイス(?)を受け、毎日お酒を少しずつ飲むトレーニングをしてみたんです。まあ大学生とは、ある意味どうでもいいことに凝るものですね。毎日、お酒を飲むんですが、コップにお酒をいれ、1センチからスタート。毎日それを1センチ増やしコツコツと続けます。最初はビールでやってみたのですが、これがなんとも味が合わないせいか、全くダメでした。缶チューハイに変えて再度チャレンジ。毎日とにかく夜に少しで良いので飲み続けました。日々、1センチずつ、量を増やして飲んで、半年ぐらいやったんです。すると、なーんと、中ジョッキ1杯のお酒が飲めるようになっていたのです！練習はチューハイでやっていたのですが、不思議なことにビールでも中ジョッキ一杯飲めるようになっていました。千里の道も一歩からではありませんが、友人に「すごいね、やったね。」とどうでもいいことを褒められました。そして私は、なんだ、自分はお酒が飲めるんだ！と思いました。

が、その後油断して普段お酒を飲むのをやめて、半年ぐらいに久しぶりに飲んでみると、これが見事に、元に戻っていました。ちっとも飲めないんです。

最後に皆さん、前回号でも少し書きましたが私はいよいよダイエットにチャレンジしてみようと思っています。現在の太り過ぎは決してお酒によるものではないことは今日の話からよく分かってもらえると思います。ではまた来月号でお会いしましょう。

今回は、字が、少し小さくなくてすみません。
読みづらいかもしれませんが、がんばって読んで
下さい！ また、先月号、数名の方から感想
を聞かせていただきました。ありがとうございます！

歯科アシスタント奥村



小島歯科室に新しい仲間が増えました!



歯科医師の火田周一郎先生です。目がとても大きいのが特徴です。火田先生は旅行好きで色々な国に行ったことがあるそうです。身体を動かすことも好きで以前はボウリングもやってました! とても優しい先生です♡

歯科アシスタント・カウンセリングの堅山歩(タテヤマ ユミ)です。堅山さんは以前はパン教室の先生をやっていました。まだ堅山さんのパンは食べた事がないので作って来るのをずっと待ってます。堅山さんもおいつも笑顔で優しい人です。



小島歯科室のスタッフ



院長 田中 永山 吉根 小林 石川 糟谷 茶谷 土井 渋谷
堀野 田崎 平川 本多 片田 伊藤 清水 永井 安井 土屋

永山先生の談話



2112年、9月3日はドラえもん誕生の日です。

昔、9月3日生まれの友人が自慢気に、自分はドラえもん誕生の日が一緒だと、私に教えてくれたのですが、よほど印象に残ったのか、冬以降、9月3日にはると、「あードラえもんおめでとう」とふと思ってしまう。

少し前の話にはるのですが、川崎の藤子不二雄ミュージアムに家族で行ってきました。



登戸駅という小田急の駅が最寄り駅なんですが、そこからミュージアムまでシヤトルバスが出ていて、5分位で着きます。

入館には事前予約が必要なので、ローソンでチケットを買って私は行きました。館内は3階に2には、はい？

原画が展示にあって、ミニシヨターがあ、はい？

ドラえもんカフェレストランがあ、はい？大人でも十分

楽しめるようには、えます。入館時に「おはひデコフ」という音声がダンス装置とかりて、館内をめぐるので



展示室はんかもかほり充実して見えますよ。興味のある方はぜひ一度行ってみてください。



興味のある方はぜひ一度行ってみてください。

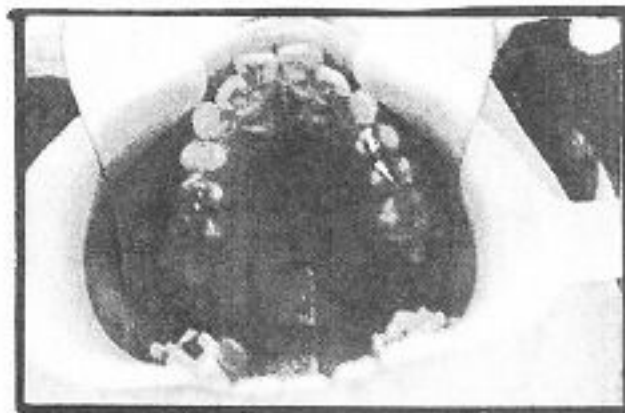


患者様の声

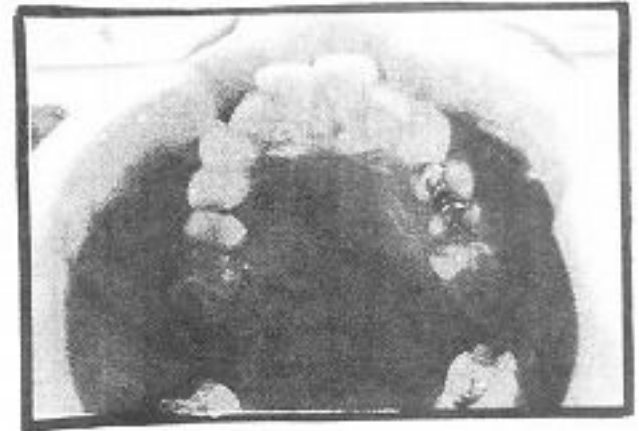


歯科衛生士の渋谷が
患者様の生の声をお届けします!!

セラミックのかぶせ物をされた方です



左上の奥歯に
セラミックが
入りました



貴室に歯を診ていただくようになってから4~5年経つと思ひます。虫歯がほとんどできなくなりました。定期的なメンテナンスや私の意識が変わった(変えられた?)結果だと思ひます。ありがとうございます。(33歳・男性)



院長より

一度かぶせた歯は大切にしたいと思ひますよね。私
たちもそうです。その歯をずっと使えるように定期クリーニングを
定期的に行っています。

アシスタント
片田

おすすめイベント情報

医院説明会

小島歯科室について院長より
お話しします。

9/29・10/27・11/17(土)

14:30~15:00

母親セミナー

お子様の歯を守る為のセミナーです。
衛生士よりお話しします。

9/8・10/13・11/10(土)

13:30~14:00

スマイル通信について御意見、御要望、感想等募集しております。
直接受付へか、FAXにてお待ちしています。どんなことでも
お聞かせ下さい。 FAX: 052-601-8513