



小島歯科室

わくわく

スマイル通信

1月号

H25年 通算110

小島利文院長
今月の見出し

- ✿ トップページ…宝くじの景品発表! 見逃さないですよね!?
- ✿ 院長先生の休憩室…小さくて軽くて気がない大当たり!
- ✿ 歯科アシスタント奥村の患者様の声のコーナー…患者様の生の声をお届け!
- ✿ 歯科衛生士石川のオススメ衛生グッズ…口臭対策! 舌クリーナー

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

新年あけましておめでとうございます!!

歯科衛生士の土井です。今年も宝くじやります! 空じなしですので是非ご確認を!

1等 歯周病予防コース
(¥4,110相当)



大人 虫歯予防コース
(¥4,200相当)



子供 虫歯予防コース
(¥4,290相当)



2等 大人 虫歯予防コース
(¥2,970相当)



子供 虫歯予防コース
(¥3,290相当)



3等 チェックアップスタンプ
(¥550相当)



チェックアップコンビも
+ フロスちゃん
(¥600相当)



4等はハブラシ1本です。何か当たるか楽しみです! 当選番号は受付又はホームページにて発表しております。アクセス!

Yahoo! 検索

東海市 小島歯科室 検索

受付にて商品と交換しております。是非お越し下さい!
今年も良い年になりますよう、みな様の健康を心より祈っております...♡土井でした!



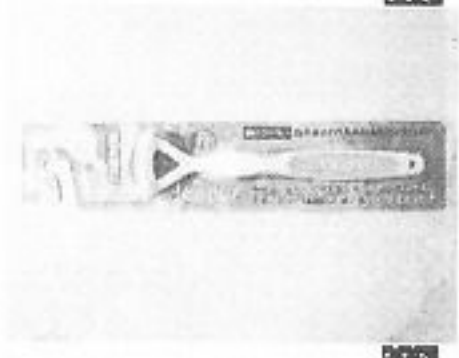
私たちは歯科医療を通じて **楽しい笑顔 豊かな人生** の援助を目指します。

今月の
DH石川
オススメ

口臭対策 舌クリーナー

230円

あけましておめでとうございます! 歯科衛生士の石川です。年始はご親戚など多くの方とお会いする機会も増えますね! 自分でも気がつきにくい口臭を事前にケアしませんか? 口臭の原因は①歯の汚れ(歯垢)②唾液不足③舌苔(舌の汚れ)があります。今回オススメするのは「口臭対策舌クリーナー」舌クリーナーのブラシ部分には高密極細毛を使用することで舌を傷つせず舌乳頭(舌の表面にある小突起)のすき間に入り込んで汚れをやさしく落します。使用方法はブラシの面を舌にあて表面をかき出すようにくり返し軽く引いてください。1週間に1-2回のご使用を目安にしてください*



アシスタント田崎のスイーツへのこだわり

こんにちは!! 歯科アシスタントの田崎です。
今回はみんな大好き『ポテトチップス』についてです!! よく目にするうす塩味、コンソメパンチ味、のりしお味とても美味ですが実は「ご当地味」があるんですよ。紹介した味以外にもまたあるようですので、「ご旅行に行った時にぜひ探してみるのも良いかも」ですわね。



受付 伊藤 鬼魅惑の香り

あけましておめでとうございます。
今年も一年よろしくお願
致します。

年末・年始とイベント続きで

家族や友人と集まってお食事の
機会も増えるかと思えます。

楽しくてついつい食べすぎてしまう事
もありますよね。正月太りなんて

言葉もありますが、それを防ぐため
おすすめなのがグレープフルーツの
エッセンシャルオイルです。

グレープフルーツのオイルには
香りを嗅ぐだけで食欲を

おさえる働きがあるとされて
います。また、脂肪燃焼効果が
あることも分かっているそうです。

ハンカチやティッシュにオイル数滴
たらしてバッグに入れておくと、

開ける度にほんのり香りがたがえる
ので香りを持ち歩きたい時に
おすすめです。



今月の四コマ劇場

も〜い〜くつ寝〜る〜と〜



次のカウントダウンは始まるわがかり

初詣

院長先生の休憩室

小さくて、軽くて

気づかない 大当たり!



〜小島歯科室の宝くじ、ホームレジデンスで遊ぶ〜

皆さん、新年明けましておめでとうございます。平成25年のスタートです。

患者様の皆さん、小島歯科室スタッフ、これら全員を称して、私達と言わせてもらいますが、私達がみんなで一緒に、より幸せで充実した1年を送れるよう張り切って頑張りましょう。

まず最初にダイエットの報告です。昨年8月中旬~12月中旬まで頑張りました。結果、体重14kgほど落ちました。体脂肪率として26.8%から14.6%までいきました。11月頃には「え、先生、病気？急に痩せて。」という言葉もかけられましたが、全然元気、痩せて動きも軽やか。詳しい内容に関しては次回、書きます。ご期待を！

そして、1月号ですので、今年目標を書きます。(たくさんある中の大切なものを1部紹介です。)

その1、身近な人にこそ「ありがとう」の言葉を使う

もう15年ほど前になるかと思いますが、ある社会人の方に「先生、どんなことにでも、ありがとうの一言を添えたほうがいいよ」とアドバイスを受けたことがあります。そんなことを言われて、しばらく「ありがとう」を常にスタッフに言うよう意識していました。すると、1ヶ月ほどして、その社会人の方に「先生、随分自然に言えるようになっていい感じですね」と褒められました。考え方の原点として、感謝の心を持ち、それをなんとか形に、行動に表していきたい。となると、1つの手法としていつもどんなことにも「ありがとう」の一言が言える人間であるか。ということだと思います。しかし、最近ふと考えてみると最も身近な、妻、子供(必ず毎日一緒にいるメンバーですね!)には案外言っていないな。と。近すぎるからこそ、何でも当たり前、いて当たり前、やってくれて当たり前。ではなくて本当に本当に当たり前その目の前の小さなことにこそ、感謝の心を配りたいものです。(けど妻とか恥ずかしかったりしますよね?)

その2、一人一人の患者様を主人公にして大切にする

いつもいろんなことを考えて、まだまだこの辺りでできていないな、と反省が多いです。誰よりもその患者様の事を思いやって考えている人こそが主治医でありかかりつけ医であると思います。技術も無論大事ですが、思いも大事です、人間ですから。

その3、スタッフの人生を豊かにするサポート

朝とても早く来ています、昼休みも他のスタッフのお手伝いをしていたりします、夜も残っているいろいろ準備しています、こんなに働いていると、もう家に帰っても寝る時間だけ、それ以外は食事、お風呂の時間はほんのちょっと。院長

長として、ここにいるスタッフをなんとか、より幸せになってもらいたい、じゃあその幸せって何か？、私の考える幸せ、それは、そのスタッフがどれだけ成長、変化、進化していけるかだと思っています。仕事量の多い少ないでもなく、お金の多寡でもありません。医療という社会貢献の仕事を通し、他人のために役に立つことができ、その中でどこまでも人として成長していくこと。成長こそが決してなくなることのない貴重な財産です。



ようやく今月号の本题ですが、皆さんはお正月に（もしくは大晦日とか）初詣に行かれますか？私はたいてい12、31、1、1に地元の神社やお墓に行きます。気持ちの改まるいい時間が過ごせるような気がします。毎年大抵は地元を何箇所か行くのですが、たまに熱田神宮に行きます。張り切って伊勢神宮に行くことも時々（ただし伊勢神宮はさすがに元旦には行きません。1、15以降の平日、）皆さんの中には熱田神宮に行っているという人は結構いるんじゃないでしょうか。とっても混んでいますよね。ちょっと危ないくらい、けがしそうで、、、。お賽銭入れるのにもすし詰め状態で、少しずつ前に移動して、子供と一緒にいようもんならこれまた大変。けどなんとか一番前の賽銭箱ところまで行って、気持ちよく投げ入れてチャリーンと音たててみたいですよね。そして、一番前まで行けたあかつきには、頭の上を後ろの方が投げ入れるお金が飛び交いとても危険地帯。なかには頭にコツン。当たったりします。しかも、フード付きのコートなんか着ていったらもう、、、？着ていったことがあるんです。お参りが終わって人ごみからでて、一段落、「こんなフード付きコートきていたら帽子の中にお金入ってんじゃないの？」と笑いながら話して中を見てもみると本当に入っていたんです。しかもなんと、1円玉1枚。10円玉でもなく、100円玉でもなくそして500円玉でもなく、軽くて気づかないくらいの大当たりが！オーすごい！とっても幸せな気持ちになれました。



2013年、私は、今までに増して、より充実した気持ちです。集中しています。皆さんの期待に応えらるよう、はりまります。 小島 利文

患者様の声のコーナー



ちょっとした気になる点を言ったら
アドバイスもいただきました。
対応策など教えていただけるとうれし
かったです。アドバイスいただいた事を
早速やってみます！

初めて虫歯の治療をしました。
麻酔の注射が怖かったけれど
全然痛くないようにやってくれて
とても楽しく通うのが苦でなか
ったです。ありがとうございます！

少しでも患者様のお役に立てて
こちらもうれしく思います。今後も
気になる事ございましたらご相談
頂けるとありがたいです。その時は
良い対応策、アドバイスもお教え
できたらと思います。



歯科衛生士 土井

できるだけ患者様の負担を少
なと痛みがあまりでないう
治療やクリーニングも心がけて
おりました。ちがーお痛み等ございま
したらお気軽にDr.やスタッフまで教
えて下さい。温かいご意見ありが
とうございました。

口もずっとあけている辛さに配慮した
対応や言葉かけがうれしかったです。
丁寧でやさしい雰囲気のスタッフと
リラックスして治療を受けることができま
した。歯石とりが全然痛くなくて驚き
ました。ありがとうございます。

先日いただいた冊子のレシピと
豚肉の料理を作ってみました。
とてもおいしかったです。これからこうい
ふレシピものせていただけると嬉しいです。
スタッフのみなさん、どなたも癒しのいい
方ばかりで素敵です。これからも
よろしくお願ひします。

お褒めのお言葉ありがとうございます。
喜んでいただけたようで良かったです。
当院は痛くない、怖くない治療を
心掛けています。皆様によりリラク
をして過ごしていただくよう今年10月
からマッサージ機能付きの手子をは
導入いたしました。是非お試しください。

喜んでいただけてこちらもうれし
いです。ありがとうございます。
今後とも協力してまいりますので
ご意見おまかせ下さい。



歯科衛生士 穂谷



いつも教室のレシピ
も私が考えて
ます。

歯科アシスタント 豊山



永山先生の談話

果物をよく食べます 



11月からお休みと預き、毎日散歩がてらスーパーに行く様になりました。今までは夕食の準備は専ら仕事帰りにスーパーに立ち寄り、パッと買い物とすませ、という感じでしたが、今は時間をかけ、じっくり買い物とします。特に果物と吟味するのは楽しいです。1月が旬の果物といえば、みかんですね。お正月の鏡もちにも、入ります。

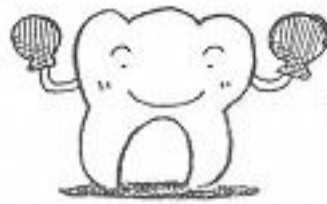
私もよくみかんを買います。糖度も、かり見ます。

最近では皮の緑がかた物が店頭で並んでいます。まだ熟していないのか、とはじめは思っていたのですが、これで十分熟していて、実際食べてみると甘みも強いです。そんなこんなで近ごろは果物にハマっています。

先日、焼肉を食べに行き、に時「チェリモア」という果物とはじめに預きました。

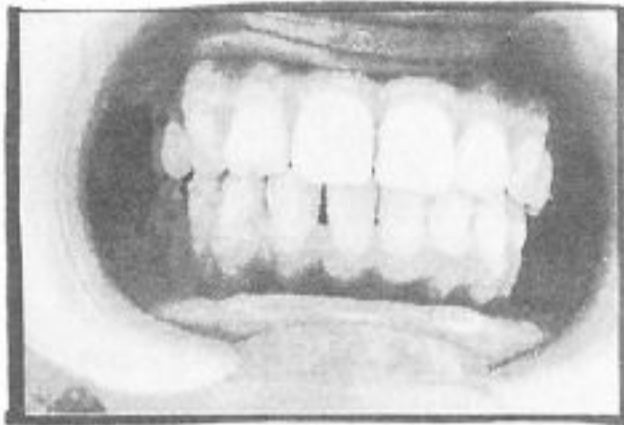
白色でやわらかは果肉で、味は甘めの果物です。に匂いにくせがあるらしく、(…と言うのも私は全く気にほらほか(にの?)好き嫌いはやはりハッキリわかるようです。私は好きは方ですが、ブルーチーズに少し似た匂いという意見もあるので、好きずきかも知れません。

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!!

ホワイトニングを受けた方をご紹介します♡



白黒の為わがりがらい
ですが、とっても白く
なった方です!!



歯の色がずっと気になっていたのでホワイトニングを受けたいと思っていました。施術前に痛みがある場合も聞いたので不安に思いましたが、口も開けているのもつらくなかったし、痛みもなかったです。施術中もスタッフの方の細かい説明もあり、安心して受けられました。色も白くなり、歯の表面もツルツルになり、やって良かったです。(44歳・女性)

★院長より★

ホワイトニングの薬により、歯周病のある人は、しみることがあります。そのため、まず、歯周病治療を先に行いました。またホワイトニング当日は、歯茎にプロテクションを貼りました。

歯科アシスタ

片田の

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。

1/12・2/9・3/23 (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。

1/26・2/23・3/9 (土)

13:30~14:00 ☺☺

◀1月勉強会、セミナー参加報告▶

インプラント講習会: 田中先生、

CHI講習会: 田中先生・火田先生・衛生士石川、衛生士土井

CHP講習会: 田中先生、火田先生

補綴学会: 院長

