



小島利文院長

小島歯科室

わくわく

スマイル通信

2月号 H25年 通算111

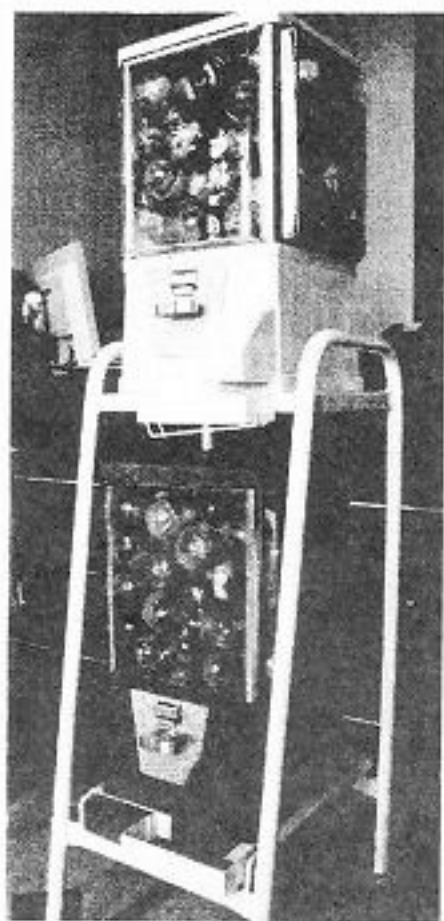
今月の見出し

- ♡ 古根先生のハッピーライフ. 2月といえは"..."???
- ♡ 調理師 堅山のニコニコレシポ 2/4はバレンタインということ
- ♡ New!! 火田先生のわくわくトラベルズ!! 記念すべき第1回目!

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

小島歯科室の
2月の風物詩

ガチャガチャ



こんにちは。歯科衛生士の土井です。2月に来てくれたお友達はガチャガチャができます。次の5つのお約束が守れたら、先生からコインをもらいましょう。

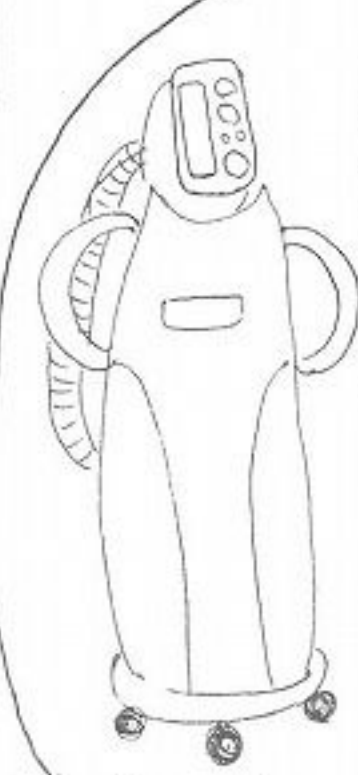
お約束

- ① お約束の時間に遅れず来た子
- ② 一人でイスに座ってできた子
- ③ めいだくつをそろえた子
- ④ おもちや本をお片づけできた子
- ⑤ 先生に「お願いします」「ありがとうございます」と言えた子



笑気

最近、小島歯科室では患者様により安心して治療を受けて頂くために「笑気」という機械が入りました。酸素にほんのり甘い香りのする笑気を混ぜて鼻から吸ってもらう方法です。吸入中は歯を削る不快な振動や注射の痛みも気にならなくなり、ゆったりした気分で、時間がたつことも忘れて治療を受けて頂くことができます。また吸入を止めれば、すぐに元の状態に戻るの安心です! ご興味のある方は是非スタッフに声をかけて下さい。不安感や痛みに敏感な方にはおすすめです! 土井でしたー♪



ちなみに2月中、1人1回までできます。ガチャガチャは2段構造になっており、上は男の子で下は女の子です。歯医者に来たら、おりこうさんにして先生にほめてもらいましょう!!

私たちは歯科医療を通して **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☆

チェック アップ コドモ
check-up kodomo

¥300

こんにちは。歯科衛生士の石川です。今回は、当院のクリーニングでも
使用している「check-up kodomo」をご紹介します。フッ素の滞留性
を高めた独自の処方方で、虫歯予防をより効果的に* フッ素濃度は
950ppmFと多く入っています! 歯や歯肉にやさしい、低研磨性。泡立ち
にくいので、長い時間ハミガキしやすいです! 味は「ストロベリー」「アップル」
「グレープ」の3つ。クリーニングの際はお子様に味を選んで
もらっています♪ 当院の一番人気は「グレープ味」
とていい香りがします* 効果的な口のゆすぎ方は
①ハミガキ後歯磨き剤を吐き出す ②約15ml (大さじ1)の水で5秒1回ゆすぐ*



えんのかもち 歯科アシスタント 永井ちやんの新世界!

突然ですが、今年、金田一耕助「生誕百年」の年だそうです。
かくいう私も元日の新聞特集記事で知ったのですが... (汗)
金田一さんといえば、もじゃもじゃの髪、よれよれの服、どことなく頼りなくて、
行く先々で「おどろおどろしい因縁」がある事件に出くわす...
というイメージです。映画、ドラマは結構見ているの
ですが、(特に犬神家は新旧見ました。古い方の佐清さんが
ずた袋をかぶったの初登場は色々な意味で驚きです。)
原作の方は文章だけな分、雰囲気にはまけてしまい、何回
か挑戦しても結局読みきれず...だったので、この機会に
もう一度挑戦して、今度こそ読破したいと思います。
余談ですが、何故か金田一さん=何かにつけて走っているというイメージが
あるのですが、何でそんなイメージなのか、自分でも謎です。





調理師聖山のニッコシシピ



こんにちは。歯科アシスタントの聖山です。
今回はもうすぐやってくるバレンタインに
合わせたレシピをご紹介します。

〈ココア風味のスノーボール〉

材料

約10個分

- ・バター 50g
(有塩でも無塩でも可)
- ・砂糖 15g
- ・純ココア 2g (ふるっておく)
- ・薄力粉 75g (ふるっておく)
- ・仕上げ用粉砂糖 or 純ココア 適量



下準備

オーブンを170℃に予熱しておく

作り方

- ①ボウルにバターを入れ湯せんして溶かす。
- ②そこに砂糖を加えゴムベラで混ぜる
- ③さらに純ココアを加え混ぜる
- ④最後に小麦粉を加え粉っぽさがなくなるとま
で混ぜてまとめれば生地の完成
- ⑤できた生地を10等分し、丸めたら、オーブンシート
を敷いた天板に並べる
- ⑥170℃のオーブンで15~20分焼く
(表面にうすら焼き色がついたらOK)
- ⑦粗熱がとれたら粉砂糖かココアパウダーを
まぶしてできあがり☆
(ココアパウダーの方がセターに合います)



とっても簡単しかも短時間でできます♪
是非お試しください!!

今月の四コマ劇場

お角良し?!



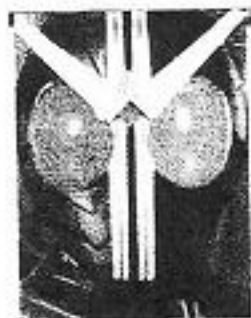
でも鬼おさまのお味は16通り...

院長先生の休憩室

ゲレンデに現れた ボロボロな仮面ライダー



皆さん、こんにちは。寒い2月です。雪やコンコン あられやコンコン 雪が降ると、大人は困りますが、子供たちはどうでしょう。もう大はしゃぎ、嬉しい限りです。雪の降ったある朝、下の子は、朝おきてから周り一面真っ白の窓の外を見て、「わー、すごいすごい。見て！見て！」と大感動。早速外に出て、雪をかき集め始めます。そんな多い雪ではないのですが、一生懸命集めに集め、ようやく小さな可愛い雪だるまの完成です。「いい、これは、パパ触っちゃダメだよ。私が学校から帰ってくるまで大事にとっといてね」と、びしょびしょの手袋を玄関に投げ捨て、学校に行きました。 けど、午後3時過ぎにはほとんど溶けていて、飾りの小さなバケツだけが転がっていました。残念！



さて、皆さんはスキー やったことありますか。私は何度かあります。最近 はめっきりですが、学生時代には何度となくスキー場に行きました。何かの歌 (ユーミン?) で有名な苗場スキー場にもいったことがあります。私が初めてスキーをやったのは高校生の時です。高1の時分、高校でスキー合宿の応募があったのです。希望者だけ参加のものなのですが、応募者多数で、なんと抽選が行われました。そして、見事抽選に当たりスキー合宿に参加できたのです。行った場所は赤倉、3泊4日 (多分です、もうかなり昔の話ですので、間違っていたら横須賀高校の皆さんゴメンネ) 友人みんな素人、やったことある人なし。で、1から高校の先生が教えてくれるんです。まずは転び方、ここからですよ。こんなこんな指導を受けて良かったと思っています。特に大学生の時にそれを感じました。大学生は大抵冬シーズンにはスキーにいろいろということになりましたが、こんな機会でもないと、基礎から教わることはないし、我流でやっていたらケガしている可能性大。



高1の冬休み、母方の実家に帰省した際、スキー合宿に行く話をしました。スキー板やブーツはレンタルだからいらないけど、スキーウェアだけは買うんだなんて話をしていました。と、おばさんがスキーウェアなら貸してあげると言いだしたのです、年が5つ上のいとこがいましたので、それを貸してくれたのです。私と母は「買わなくて済んでラッキー！」するとおばさんはスキーウェアを出してきて「これねえ少し古くておんぼろなんだわね。」と裁縫道具セットで縫って補強をはじめました。なんて親切なんでしょう。

色は黒を基調としていて、スキー合宿当日みんなに「仮面ライダー」に似ていると褒められました？その仮面ライダーなるウェア、初日は特に問題なかったのですが、2日目少しずつ破れはじめたんです。かなり年期が入っていたため



か、ビニールレザーで出来ている部分が劣化してどんどんボロボロ破れだしたのです。激しい動きをするほど、股下や腕のつなぎ目に穴が開いてきて綿にさわられるんです。仮面ライダーのピンチです！友人に「やばい、どうしよう？」「大丈夫だよ」と優しい返事。これくらいなら雪が入ってきても綿がブロックしてくれるので頑張りました。3日目あたり、穴は結構大きくなり、まさに敵にやられてボロボロの仮面ライダーとなっていました。（もしこの時ショッカーが攻めてきたら大変です！）ですが、初めてやるスキーは楽しくて楽しくて、穴だらけなんてことはもうどうでもよくて夢中でした。リフトに乗るなどという贅沢は一切なく、自力で必死に小高い山にのぼります。一瞬で滑り落ち、そしてまた張り切って我先にと小高い雪山にグサグサと這い上がるのです。みんなどんなに鼻水垂らしてぶざまになろうとも、楽しくてしょうがなかったのです。まさに私の小2の娘が、家の前に積もった雪を前に大騒ぎするように。



すぐには行けないかも知れませんが、家族4人でスキーに行けたらいいネ！と話し合っています。



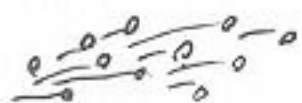


古根先生ハッピーライフ

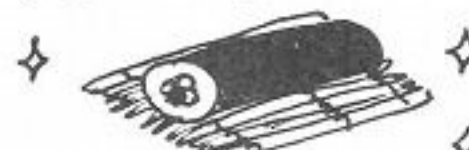


「節分の日の恒例行事は何でしょう？」

10年前なら、答えは圧倒的に「豆まき」だったと思います。



でも最近では、豆まきに次いで、あるいはそれを凌ぐ勢いで「恵方巻きの丸かぶり」が挙がるのでは無いでしょうか。



元々は、関西の地方行事だったようで15年前に、大阪出身の友人に恵方巻きのことを聞かされた時、

私も含め皆が????でした。

それから約10年で全国的行事になり(一説によると)年間海苔消費量の2割を恵方巻きに使っているとか。火付け人である大阪海苔問屋協同組合とコンビニの手腕に拍手です。

もう一つ、ブーム定着には女性に受け入れられたことも大きかったのでは...と思います。同じ2月の行事(?)

バレンタインと同じで、女性が楽しく美味しい。

しかも夕食のかわりにもなりますし。

今年の恵方は南南東。南南東を向いて無言で太巻きを美味しくいただきます。

もちろん、伝統行事「豆まき」も忘れません。





世界の文化の わくわく♪ トラベラ

こんにちは。ハタです。

このコラムでは今まで訪れた地域の文化を私が感じたなりにご紹介していきたいと思います。第一回目は韓国編です。

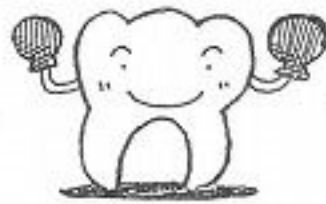
最近、韓流という言葉はよく耳にするようになり、韓国がお好きな方は多いと思います。私も韓国好きがこうじて、韓国人の知り合いが多く、よく一緒にご飯を食べに行く機会あります。お詳しい方もいらっしゃると思いますが韓国料理は色鮮やかで、陰陽五行の思想にのっとり、五味（甘、辛、酸、苦、塩）五色（赤、緑、黄、白、黒）五法（焼く、煮る、蒸す、炒める、生）をバランスよく献立に取り入れることを良しとしているそうです。

お酒があまり飲めない私もソウジュ（焼酎）やマッコリ（地酒）を飲みながら彼らと色々な韓国料理を食べにいきました。まず、日本と異なるのは食事のマナーです。韓国では日本とは逆でお茶碗を持たずにご飯を食べ、箸はあまり使わず、スプーンでご飯を食べます。また、年齢による上下関係がはっきりしていて、みんなで食事をする時には必ず年長者がほとんどの会計を済ませます。

韓国料理の中で特におすすめな料理はカンジャンケジャンです。カンジャンケジャンというのは、ワタリガニをタマネギやニンニクなどの野菜を刻み入れた醤油ベースのタレに漬けて熟成させたカニの醤油漬けのことです。ソウルには新沙駅のあたりにカンジャンケジャン通りというこの料理屋が集まる通りがあります。カニの種類も色々ありますが、卵がたっぷりつまった春のメス蟹は特に美味で、そのカニの卵と身を白いご飯とごちゃ混ぜにして食べるのが最高です。日本のカニとは少し食べ方が違い、こんな美味しい食べ方もあったのかと感動します。最近では東京でカンジャンケジャンが食べられるお店もあるそうですが、韓国に行かれた際には本場の味を是非お試しください。

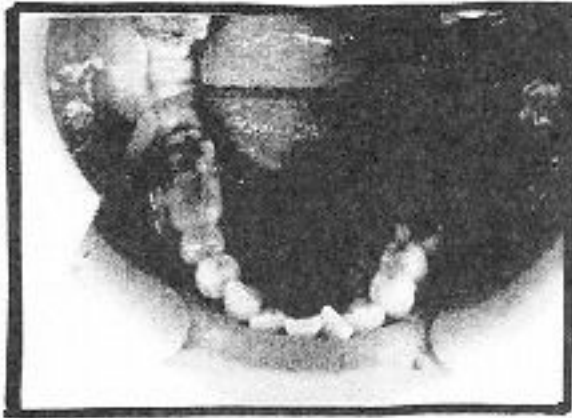


患者様の声

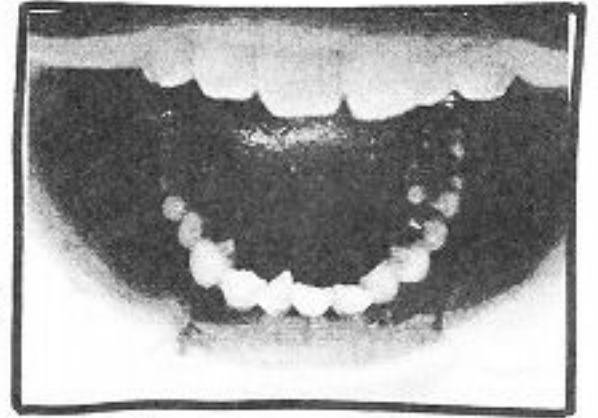


歯科衛生士の渋谷が
患者様の生の声をお届けします!!

セラミックのかぶせ物の治療です



向かって右下の一番奥に
ハイブリッドセラミックの白い
かぶせ物が入りました。



子育てで10年、クダの診察で緊張しました。顎の痛みは顎関節症と
親知らずの虫歯が原因で思った以上の治療となりましたが、先生はじめ
スタッフの方々の丁寧な対応、適切な治療で通院が楽しくなっていました!!
歯のメンテナンスが出来、これから安心して老いていけます。(46歳・女性)

院長より 歯を長持ちさせるには、いくつか大事なことがあります。
1つは精度をいかに高くつくるか。そして、それを予防して守っていくかです。



歯科アシスタント 片岡の 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。

2/9・3/23・4/13 (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。

2/23・3/9・4/27 (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にてお待ちしております。どんなことでも
お聞かせ下さい。 FAX: 052-601-8513