



小島歯科室

わくわく

# スマイル通信

1号

H26年

通算  
122号

今年の見出し

- 🐰 永山先生のはなし〜1月といえば成人式。20歳の頃は…〜
- 🐰 歯科アシスタント田崎のスイーツへのこだわり〜"ボンボン"って??〜
- 🐰 歯科衛生士・廣田の商品紹介〜ピセラB 20-M (私も使ってます)〜

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

## あけましておめでとうございます!

歯科衛生士・土井です。2014年の目標みなさんは決めましたか?

今年も皆様が「良い年」を向かえられますよう…願いを込めて、今年もやります!

宝くじ🎰や空くじなしなので是非ご確認を!! 福袋もありますよ☺

1等 (¥5,000 - 相当)

★大人虫歯予防コース

★歯周病予防コース

★子ども虫歯予防コース



2等 (¥2,500 - 相当)

★大人虫歯予防コース

★ファミリーパックコース

3等 (¥1,000 - 相当)

大人虫歯予防コース

子ども虫歯予防コース

4等 ハブラシ1本

当選番号は受付か  
ホームページに掲載  
しています☺

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。



# 調理師・堅山のニコニコレシピ😊

こんにちは、歯科アシスタントの堅山です。  
 今回はこの寒い季節にピッタリ『はちみつとレモンのホット  
 ドリンク』をご紹介します。



## 材料

レモンスライス (2~3mm厚) 10枚

- ①
- 水 50cc
  - 砂糖 50g
  - はちみつ 50g



注  
 レモンはタワシ等で  
 しっかり洗ってから  
 スライスして下さい

## 作り方

- ① 小鍋に①を入れひと煮たえさせ、レモンスライスを並べ弱火で5分程煮る。
- ② ①を適量のお湯で割り完成☆

夏には冷たい水やサイダー  
 割りでも

煮たレモンはもちろん食べてOK!! ケーキパンの飾りにしても  
 いいですよ。

おっほい方が好きな方はさらにレモンをしばり入れて下さい。  
 冷蔵庫でしばらくもつのでまとめて作って飲みたいい分だけ

お湯で割ったのむといいかも  
 はちみつとレモンの香りで心も体もぽかぽかに温めて  
 もう少し長く寒い冬をのりこえて下さい😊





# 受付 伊藤の 鬼魅惑の香り

今回は簡単アロマキャンドルの作り方ををご紹介します。

## 材料

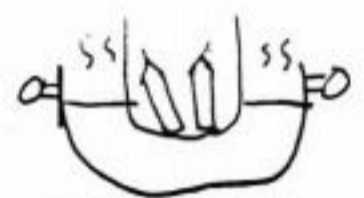
・14具用ろうそく・クレヨン

## 用意するもの

・紙コップ ・割りばし ・お女子の  
エッセンシャルオイル  
・なべ(大・小1つずつ) ・カッター

## ※作り方※

① ろうそくを湯煎にかけて溶かします。



② ろうが溶けたら芯を取り出します。



③ ろうを湯煎からはずして、好きな色のクレヨンを少しずつカッターで削りて入れます。



少し入れたらその都度おりはばして混ぜ、お女子の色味になったか確認します。

④ 割りばしに②で取り出した芯をはさみ、紙コップの上に置きます。(芯が底につくように)

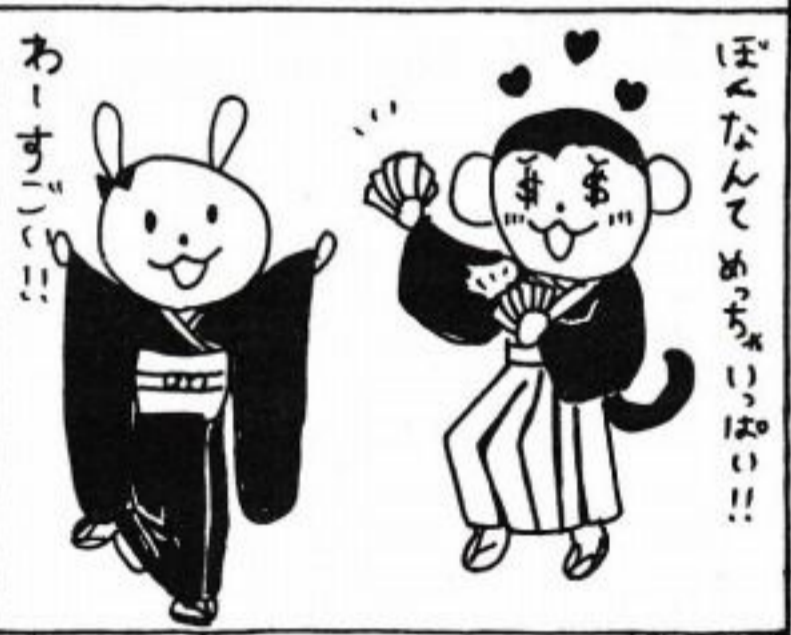
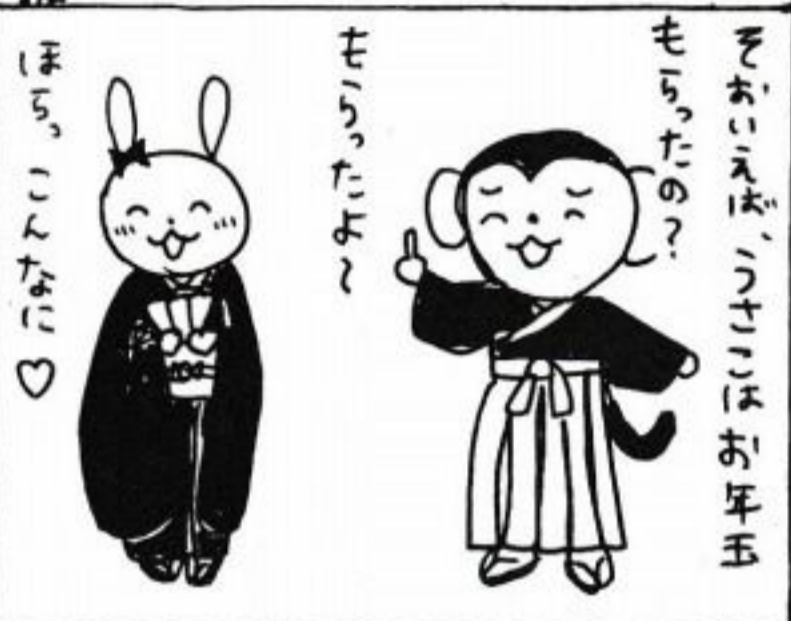
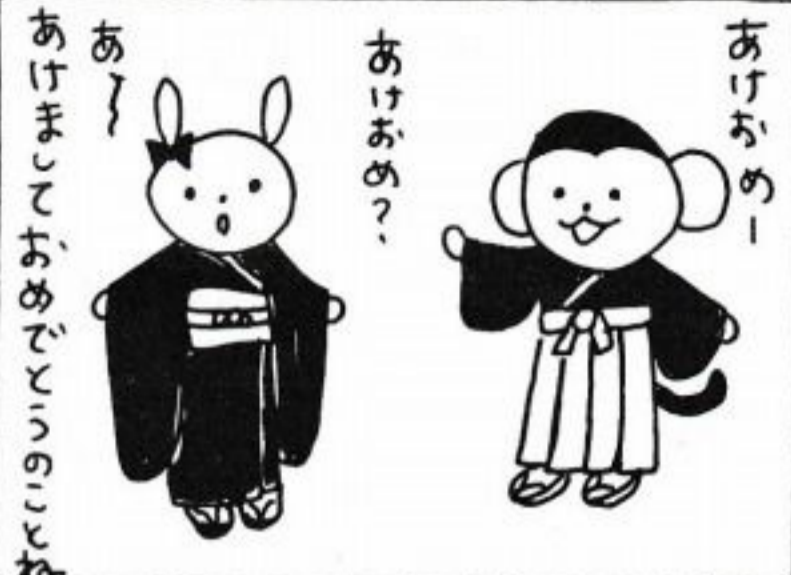


紙コップの中心に芯がくるように置きます。

⑤ エッセンシャルオイルをろうに数滴たらしかるくませたあと紙コップにそそぎます。そのまま数時間おき、冷えてかたまったら紙コップからキャンドルをはずしてできあがり。



お年玉の中身は...?? どい



みんなはいくらもらえたかな?? 笑





# 院長先生の休憩室

## 平成二十六年



## お年玉の好きな子供達



皆さん、新年明けましておめでとうございます。平成26年のスタートです。今年もこの1年間が皆さんにとって素晴らしい生き生きとした年となるよう応援しています。

お正月といえば、お年玉ですね。私は子供のころお年玉がもらえることがとても嬉しかったです。もう何か月も前からもうすぐお正月が来るなあと、心待ちにしていました。皆さんはいかがですか？そして、小学生の頃、3学期が始まると、友達といくらお年玉をもらったか言い合いをしていました。すると、大抵、周りのみんなのほうが自分より多くもらっていたようなのです。そして私は家に帰って母にそのことを伝えました。母は「いいんだよ、そんなことは。少なかった分はお父さんとお母さんからあげるから、気にしなくていいよ」今にして思えばなんてダメな子供だったんだろう、...

さて毎年、1年の始めに今年目標を書いています。今年目標はたくさんありますが、一部を書きます。

- 1、自己管理。 自己管理という言葉はよく聞きますが、それをただ漠然と目標にしても何もうまくいきません。具体的には日々細かく明日の予定を考えて立てる、1日終わったらそれができていたか復習する、できていなければその対策を考えどうするのか、明日やるのか等解決策を検討する。



2、人のために動く。患者さまやスタッフ、家族のためはもちろんのことだと思います。普段自分がかかわるであろう人を大切に思うこと。相手のことをまず一番に考え(自分が上だとは思わないこと)、その人のために自分は何ができるかを考え、そして少しでもまず動くこと、具体的行動を起こすこと。

3、楽しく生きる。私はどうしたら楽しくできるのだろうか自分なりに考えることがあります。それは、自分を肯定することが1つにあると思います。自分にはできないのではないか? どうせうまくいかないのでは? と漠然と思っていると、不安ばかりで、嫌なことが起こったりします。そして対処の方法もなく嫌な楽しくないスパイラルへと落ちていきます。そうではなく自分是可以する! と自分は努力する、解決できる、成長する、伸びる! 信じて生活することだと思っています。そうすることによって自分に自信を持ち肯定的に元気よく前へと進め楽しく生きていけると思っています。

追伸、今回は院長である私のほうから大切な話があります。消費税のことについて皆さんにお伝えしなければならないことがあります。間もなく4月から消費税が上がります。自費の治療費は一部値上がりします。保険の治療費はほとんど変わらないものと予測しています(これは行政が決めることで3月末にしかわかりません)現在治療が進行中のものに関しては患者様が不利にならないようできるだけ配慮を考えています。具体的には矯正治療中の方、4月以降の支払いが消費税値上がり分支払いが増えないように。被せものの治療など治療を着手しているものも支払いが増えないように。逆に4月から新たにスタートするものは値上がりします。ですので自費診療(インプラント、矯正、セラミック、ホワイトニング、入れ歯等)に関して気になる方は1, 2月早めの相談、カウンセリングを受けてください。



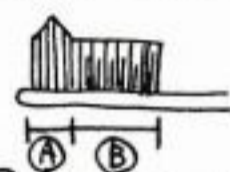
# 歯科衛生士 商品紹介 ピセラB-20M

★ 廣田の★

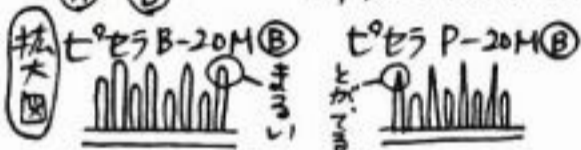
¥320

こんにちは、歯科衛生士の廣田です。今年こそは、いつもと違うハブラシで虫歯のない歯を目指しませんか？今回は『ピセラB-20M』をご紹介します！

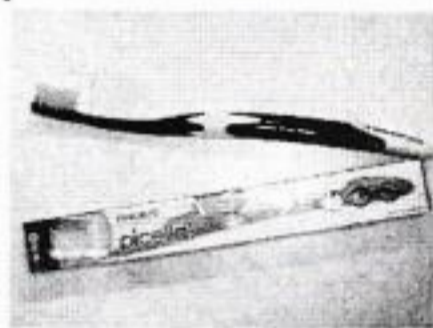
オススメしたい方、①はえかわり途中の時期のまだ背の低い永久歯があり、磨きにくい方②お口の小さな成人女性の方で虫歯予防したい方。シリーズの『ルシロB-10M』に比べ、4列植毛でブラシの幅が広いのが特長。ヘッドの長さは短かくコンパクト！（左図参照）A部分は先端集中毛で



みがきづらい一番奥の歯の奥側もみがきやすい B部分は段差植毛で長いブラシで歯の間、



短かいブラシで歯の面をしっかりとらえ、歯垢(プラーク)を除去してくれます！



歯科アシスタント

# 田崎のスイーツへのこだわり

♡ 歯科アシスタントの田崎です ♡ — ♡ — ♡ — ♡ — ♡

♡ 今回は安くておいしいチョコがコンビニで売っていると聞いたので

♡ 調べてみました!! 1個21円のチョコレート菓子『ボノボノ』です♡

♡ サクッリ感とトロけるクリームが絶妙!! ♡

外側のチョコはなめらかで、なかにはサクサクのウェハース。さらに中心部にはクリームがたっぷり詰まっています、トロ、サク、ふわ、の3重奏が1粒で楽しめるそうです!! 私もコンビニで見かけた事があるので一度食べてみたいと思いましたが、歯ミガキをしっかりとしないと虫歯になりそうなお菓子ですね!!





# 永山先生のおはなし

## 成人式



あけまして、おめでとうございませう。

1月といえは、祝日行尋で成人の日があります。

永山が成人式をおかえにのは、今からもう10年以上も前とほるのですが、当時私は広島に大学に通、ていて

このために、愛知に帰省してまいに。

とて、翌月から大学の講義があ、にのて式の日の方にな島に戻らほいとつけませんでした。どにはにのスケジュール

で着がえ等が楽は方がいいと思、式にはドレスと着て

参加したのですが、ほとんど皆振袖で参加してまいに、

和装にらけの参加者の中で洋装といのは、かほり

浮きました。とてよくよく考えたら、振袖はどきうめにに着る機会もほいのにかう、多少面倒でも着ておけほ

よかに後悔しました。20歳という記念すべき年はこの

これから成人と迎える方は、後悔のほいようにはま、て下さい。

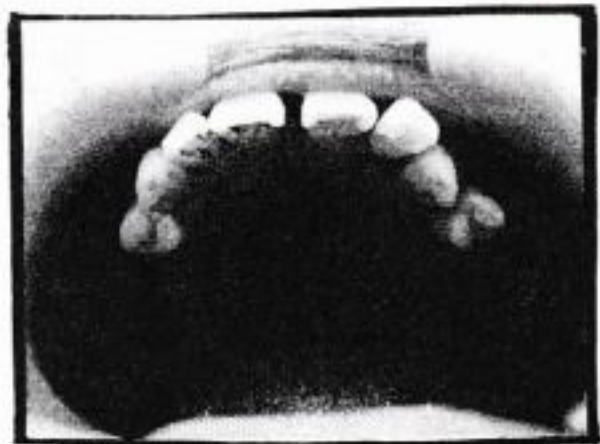


歯科衛生士  
渋谷の

# 患者様の声のコーナー



## インプラント治療を受けた方をご紹介します



私の場合、奥歯がほとんど欠損し噛みづらくなり、この先人生まだ長いと思い、入れ歯のような取り外しのないインプラントが良いのではないかと来院しました。不安はありましたが事前のカウンセリングや先生のご説明等も有り、リラックス雰囲気の中、治療を受けることができました。日にちがかわりますが噛み合わせなど特に念入りには頂いたので自分の歯と変わらないくらい噛みやすいです。(55歳・女性)

現在、インプラントオペは笑気麻酔を行っているため、痛みもありません。安心してリラックスして受けられるようになっていき、月々お薬も少なくおっしゃる薬もできています。

院長より

## 受付・片田のおす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。



1/11・2/8・3/8 (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。



1/25・2/22・3/29 (土)

13:30~14:00

<1月セミナー参加予定>

補綴治療後のメンテナンスセミナー:石川・土井・渋谷坂本

N-1会:院長先生・土井・坂本

姿勢咬合学会:院長先生

インプラント研究会:院長先生・TipEdge矯正研究会:院長先生

院長より

