

小島歯科室

わくわく

スマイル通信

2月号

H26年
通算
123



小島利文 院長

今月の見出し



古根先生のハッピーライフ〜温泉っていいよね。☺〜
えんの下の力もちアシスタント永井ちゃんの豆知識 ☺☺
節分にあつわる、かなりコアな話が聞けちゃう!へえ〜たたくの
トツページ〜ガチャガチャ〜歯医者さんでガチャガチャができるんだよ!

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

ガチャガチャ!

こんにちは 歯科衛生士の土井です。
今年もガチャガチャやりますよ☺ ちゃんと
おやくそく守れるかな??

..... おやくそく.....

- ① お約束の時間までに遅れず来れた子
- ② 一人でいすに座ってできた子
- ③ む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」と
「ありがとうございました」が言えた子

ガチャガチャは、上が男の子で下が女の子です。ちなみに2月中に来てくれた子1人1回できるよ! みんなは歯医者さんに来たら、おりこうさんにして、先生からメダルをGETしよう!

なにができるかは...

おたのみ...♡



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。

古根先生のハッピーライフ



温泉好き
なんです♡

皆さんが「日本に生まれて良かった」と感じるのは、どんな時でしょう。御飯がおいしい、人が優しい、治安が良い、等色々あると思います。私はその中に「温泉に入れる」も加えたいです。

温泉はどこであっててもかまいません、近くのスーパー銭湯でも。連休があれば、少し足を伸ばして気になる温泉に出かけます。

先日行った白骨温泉「泡の湯」は、私の中でかなり高評価です。硫黄泉なんですよ、ここ。東海地方で硫黄泉は少なく、中でも乗鞍高原温泉と白骨温泉は硫黄泉らしい硫黄泉で、貴重です。

宿の前に立っただけで、いわゆる卵の腐った臭いが…。これを心地良く感じるあたり、日本人のDNAは不思議ですね。

「泡の湯」の目玉は、広い野天風呂です。そして、いまどき混浴なんです。でも、脱衣所から真白なお湯につかりながら外に出られるし、女性はバスタオル着用OK. ですので、きまりの悪さはありません。もし水着着用可、と言われてもいやですね。「ハダカ/ツキアイ」的開放感も、日本の温泉の良さの一つだと思っていますから。

ここのお湯はややぬるめなので、熱いお湯が苦手な方でもゆっくりつかっていられます。

まわりに積もった雪を愛でながらのんびりしていると、ついうとうととしてしまっそうです。

老後は、お気に入りの温泉を巡り歩くなんていいね、と今から心の中で計画を立てています。

患者様の声のコーナー



受付のお姉さんたちの笑顔と
支那がすごくよかった。
子どもも連木で来てくれて助かり
ました。

お徳のお言葉どうもありがとう
ございます！スタッフ一同笑顔で
患者様をお迎えしていきま
す。これからも患者様に喜んで頂け
るよう全力で頑張っていま
す。



山手山手
野山

子どもを抱っこのまま
クリーニングしてもらえてよかったです。
娘もうれしそうでした。
子供用のハブラシももらえるのも
助かります。

お子とおともども喜んでいただけ
て光栄です。ありがとうございます。
安心してクリーニングや治療を受け
られるように日々改善していま
す。またお待ちしております
致します。



山手山手
山手

支那が丁寧なところも良かったです。

良かったと感じていただくとともに嬉しい
です。どの患者様にもそう感じて
もらえるよう努力してまいります。



山手山手

アンケートご協力
ありがとうございました。

うさこの好きな人とは...!?

好きな子にあげよう♡
チョコいっぱい作るー♡



今日は2月14日♡
バレンタインデー!!



あ、
この子可愛いわ
♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡



もんきちくた、チョコ作ったから
あげるー♡



たんた...ほくだけ
いゃな...
ハハハ...

みんなはいくもらえたかな? ♪

院長先生の休憩室

〜こわーい チョコレート〜



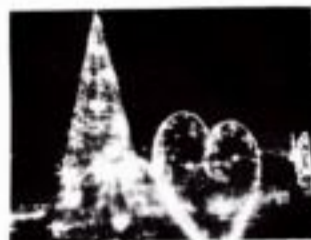
もう2月ですね。多くのみなさんがスマイル通信を読んでいたみたい、とてもうれしくおもっています。ありがとうございます。

皆さんこんにちは、2月です。とっても寒いですね！けど3月はもうそこまで来ていますよ。私は最近はおまりの寒さに、東海市体育館、しあわせ村に行かず、家で腕立て伏せや腹筋にいきんでいます。ダイエット後の現状維持のため、筋トレは欠かせません。そんなにたいしたことをするわけではありませんが、週2、3回10分くらいかと思っで実行しています。

さて、2月には国民的大イベント「バレンタインデー」があります。バレンタインの話は以前にもここで書いたことがあります。私が初めてチョコレートをもらった中3のときの話、知らない人は是喜、バックナンバーが医院に置いてあります読んでみてください。ホームページの中にも収録されています。(初めてチョコをもらった時の話は一応力作なのでよろしく！?)



私が子供の頃はチョコをもらうなんてことはほとんどなく、また渡すという人もほとんどいなかったと思います。それが時代とともに進化して、会社などで女性は周りの男性に義理チョコを渡すようになりました。さらに最近では、小学生まで巻き込んで友チョコなる文化までできて女性同士でもチョコを渡すということもあります。自分チョコもあつたり、どこまでもチョコ業界の戦略の凄さに驚かされます。



今日は私がもらったバレンタインチョコレート第2弾です。皆さん、義理チョコって結構飛び交っていると思うんですけど、本命チョコをもらうこと、渡すことそうないと思います。そしてその本命チョコをいきなり想定外の人からもらったら皆さんはどう思いますか？嬉しいと思いませんか？いや、こんな私は意外な展開だったのです。

当時、私は19歳くらい、大学生で東京に住んでいました。塾のアルバイトをしていましたが、その先で友達になった男女が10名ほどいました。別段、その友達と遊びに行ったりということはなく、バイトの時に会ってたまに昼や夜に一緒にご飯たべて喋ってという程度でした。そんなある2月何日だったかは覚えていません、そして彼女の名前も覚えていません。(彼女は後から考えると、私によく質問してきたなと思います。) 彼女は私にバレンタインのチョコレートをくれたのです。そのチョコレートは手作りのチョコで、箱も何か専用のものなのか、包装もオリジナルで見るからにどこかの店で買ってきましたというものではなかったです。チョコを渡す彼女の横には彼女の服の袖をしっかりと掴んだ友人が立っていました。そして真剣な眼差しの友人。彼女はこんなことをいったように記憶しています「小島さん、いつも疲れているみたいだから、元気になってもらいたくて、手作りしてきました、愛情エキスが入っているから」私は塾の控え室で数人の友達のいる中でこのチョコを渡されました。友人たちは何人かは私同様びっくりしました。またこういうことが起こるのを知っていたような友人もいたようでした。私は衝撃のあまり、「あ、あ、ありがとう、、う、うう、、。」なんて感じで答えたような気がします。



私はアパートに帰ってから困りました。あー、ビックリ、どうしよう！普通ならこれは喜ぶことなのでしょう。けど私は、自分でも意外なのですが、喜ばなかったのです、ひとの心というものは不思議なものです。怖かったのです。え、どうして！と思われるかもしれませんが、私は確かにその時、怖いと感じていたのです。直感的に。ちなみに彼女は結構可愛い子でみんなに人気のある子でした。当時のアイドル「渡辺まりな」に似ていました。渡辺まりながわからない人はインターネットで調べてみてください。最近のアイドルで言えば、AKB48の誰かなのかも知れません。



もらったチョコレートはダンスの上にそっと置かれました。置いたままです、けど3日ほど経って、またバイト先で彼女に会うかも知れない、中身だけは見ておこうと思いました。静かに箱を開けると、細長いスポンジケーキのようなものが確かめられました。私はそれをもう一度綺麗に戻し箱を閉めました。ここで皆さんに問題です、最終的に私はこのチョコをどうしたか？

- 1、こっそり捨てた
- 2、なにくわぬ顔をして人にあげた
- 3、お腹がすいてしまい食べた

答えは、みずさん、自分で考えて、決めて下さい。1~3では無いという人もいるのでは無いでしょうか。私自身、また子供で、人の気持ちを受け止められなかつたんたろうと思っています。

小島 利文

歯科衛生士

ホーム ジェル

廣田の商品紹介

HomeGel



850円

こんにちは。歯科衛生士の廣田です。今回は、毎日家庭でできるフッ素習慣『ホームジェル』をご紹介します。ホームジェルに含まれている0.4%^{*}フッ化第一スズが歯を構成する主成分であるリン酸カルシウムと反応し、歯質の耐酸性を高め、再石灰化を助けます。^{*}虫歯の原因菌の発育防止に優れた効果があります！

味は全部で5種類 <使い方>

- *ノーフレーバー
- *バジルガム
- *レッドベリー
- *オレンジ
- *グレープ

①ハミガキ後約1分間歯全体に行き渡るように

軽くみがく (使用量 1回 0.5g程度 (1日2回使用))

*幼児 (3~6才)は 0.25g 20k

②使った後は、うがいをせずに軽く吐き出す

程度 *30分間はうがいや飲食をひかえてください。



えんの下のかもち アシスタント 永く井ちゃん豆知識

こんにちは、歯科アシスタントの永井です。

今回は節分についてご紹介したいと思います。



皆さんは、節分の鬼になぜ角があって、虎の毛皮を腰に巻いているのかご存知ですか？これは一説に、北東の方角に鬼門(陰陽道における鬼の通り道とされる縁起の悪い方角)があり、昔はその方角を丑寅(良)と呼んでいたことに由来するそうです。このことから、少なくとも平安時代くらいから鬼=丑寅のイメージはあったようです。

また、豆をまくのは、語呂合わせで「豆を鬼にぶつけて邪気を祓う=魔滅」という意味合いがあるそうです。まく時のかけ声も、普通は「鬼は外」ですが、鬼を神様として祀っている寺社や鬼がく地域や苗字の家庭では「鬼も内」だったりします。ちなみにもTVでよく見かけるカキが豆まきをするのは、四股で鬼を踏みつけて鎮める意味合いだそうです。相撲が元々神事なのも関係ありそうです。

畑先生のトラベルズ

こんにちは、畑です。

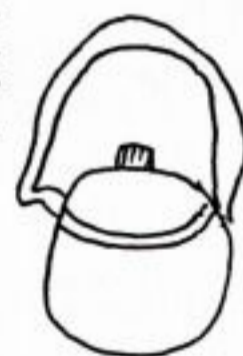


みなさんまだまだ寒いですね。私は今年の冬、寒い日本を脱出してセブ島という南の島へ旅行に行く機会がありました。探検好きな私は、常夏の島で海水浴ではなく外乗と言うものを体験してきました。みなさん外乗が何の事かわかりますか？

外乗とは乗馬でいう野外騎乗のことで、乗馬クラブの中の柵に囲まれた馬場ではなく、自然の林や森、平原、山、海岸を馬に乗って巡ることです。実際に参加したコースはジャングルと山道を抜け、川の上流にある滝を目指すといったものでした。



今回の乗馬は二度目の乗馬で、今までに乗ったのは近くの乗馬クラブでの体験乗馬のみでした。その時に基本を教えてもらったのですが、乗っているだけなので一見簡単そうなのですが、実際に乗ってみると目線が普段より高くまた馬が走るとかなり揺れるため、振り落とされないかと怖くなりました。今回の外乗でも始めはうまく乗れるか不安でしたが、しばらく乗っていると馬のリズムにも慣れてきて、馬の蹄が地面をたたく音や風を切って走るのが心地よくなってきました。振り落とされる事なく乗れたのも、馬がしっかり調教されていたからだと思います。道中時々立ち止まって馬の道草に付き合いながらの散歩でしたが（本来は人が主導権を握らなければならないそうですが、、、）なかなか楽しいものでした。



乗馬は年齢・体力に関係なく楽しめるスポーツであり、足や腰、腹筋・背筋を鍛え姿勢矯正効果もあるそうです。さらに振動により内蔵を刺激し有酸素運動を行えるためダイエットの効果も高いそうです。普段とは違った目線からの景色もまた一見です。

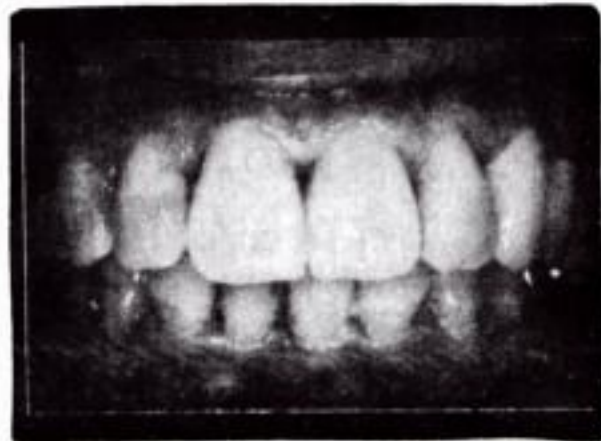
癒しを求めている多くの現代人にとって馬の温もりを感じることはなかなか良いストレス解消になるのではないのでしょうか。



より99%の方に安心して治療を受けて頂く為、ご協力頂きました。

歯科衛生士・渋谷がお届け患者様の声

セラミックのかぶせ物をされた方をご紹介します



結婚前に入れた前歯の差し歯を入れなおしていただきました。治療前は口元が気になってぎこちない笑顔になっていましたが、治療のおかげで自然に笑うことができ、気持ちまで若返った気分です。治療も痛くなかったので初めて歯医者さんでお昼寝をしてしまいました。親切で丁寧な治療をありがとうございました。(46歳・女性)

前歯に関して気にしている方はとても多いです。か人によって何かどの程度長くなるかは様々です。ですので、相俟して下さい。やり方もいろいろあります!!

★院長より★



目 歯科アシスタント片田のおすすめ 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。

2/8・3/8・4/12 (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 衛生士よりお話しします。

2/22・3/29・4/26 (土)

13:30 ~ 14:00

<2月セミナー・勉強会参加予定>

歯周病の最新情報-今わかっていること、わかってないこと- 古根Dr