



小島利文院長

小島歯科室

わくわく

スマイル通信

4月号

125号

今月の見出し

- ✿ 畑先生の春らんまん～花見、いいね! 花見行きたいよね!～
- ✿ 歯科衛生士 渋谷の患者様の声のコーナー
- ✿ 歯科アシスタント 奥村のアンケートコーナー
- ✿ 歯科アシスタント 土井のちょこっと豆知識



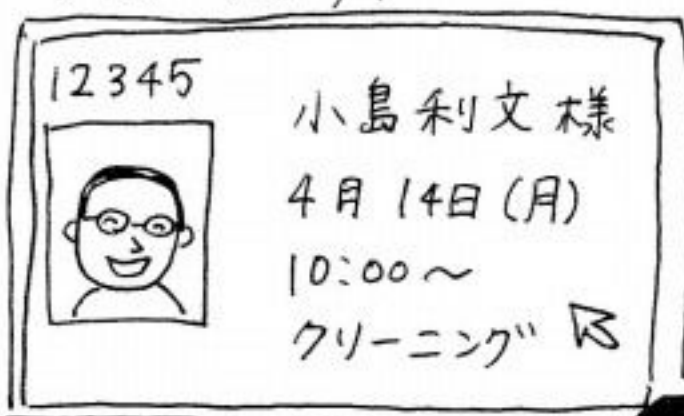
私は花より団子!!

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

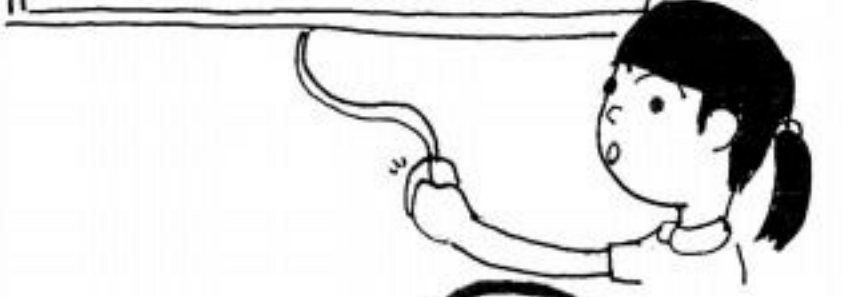
写真まだの人～登録しています!!



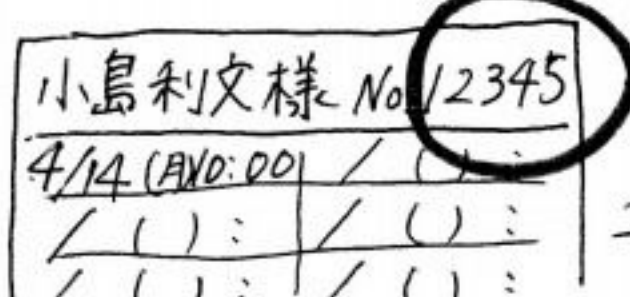
こんにちは、歯科衛生士の土井です。今、医療では入院患者様を間違えない為に手に番号のついたタグをつけたり、番号で患者様を呼んだりしています。小島歯科室でもコンピューターで番号と写真を登録しています。なので、私達も写真で顔を認識して、パッと思い出せるので、いつも患者様とお会いするのを楽しみに待っています。人と人とのつながりを大事に出会うことができますので、ご協力の際はどうぞよろしくお願い致します!



明日はどの患者様が来院するのかな?
あ!小島様が来る!



ちなみに小島歯科室のホームページに患者番号を入力すると(診察券の右上に書いてあります)予約確認ができますので是非ご利用下さい。



古根先生のハッピーライフ



やっと風光る春が来ましたね。

今年の冬は、3月になっても大雪が降ったり(特に関東は異常でした)中旬になっても冬のコートが必要なくらいの寒の戻りがあったりと、暖冬に慣れた身には少なからぬものがありました。昨年はかめ虫の害に悩まされたが、かめ虫が大量発生した年は寒い」との俗説を裏付けるようです。

それでもやはり春は来るもので、我が家の庭も少しずつにきやかになってきました。

まず、チューリップ。早咲きのものから遅咲きのものまで、2ヶ月くらいは鮮やかな姿を見せてくれるはずです。

そしてバラ。冬の間休眠状態だったものが、みるみるうちに新芽を伸ばしてきました。

いつ球根を植えたかも覚えていないムスカリも育っています。毎年3月になるとムスカリで伸びてきて、紫色のかわいい花を咲かせ、4月中楽しませてくれます。水も肥料もやっていないのに。丈夫な花もいいですね。世話がなくて、もちろん、手のかかる花もいいですが。

その他にもいろいろと動きの多い春の庭ですが、唯一何の変化も見せていないものが。昨年末、かめ虫駆除のため殺虫剤をかけたら、葉が落ちてしまったあのふじどうです。やはりこれ、枯れてしまったのでしょうか。

誰か教えて下さい...

患者様の声のコーナー

とても丁寧に説明、処置もして
頂けるので安心してあ任せできます。
前回の検査結果も書面で出して
頂いてとても分かりやすかったです。
今後もお願ひしたいと思ひます。
(マッサージにはビックリしましたに笑)

安心して頂けたよう良かったです。
今後もお安心してあ任せ
頂けるようスタッフ一同が
がんばります!!



受付伊藤

スタッフの方の対応、治療内容
の資料、説明書など大変
ありがたかったです。
これからもお世話になります。

温かいお言葉ありがとう
ございます。なるべくわかりやすい
資料を作ろうとスタッフ全員
考えております。患者様に
理解して納得していただく
上で治療、クリーニングを
行っていきたいと思っております。
また何かあれば教えてください。



歯科衛生士
土村

アンケートご協力ありがとう
ございました!!

今日は入学式です。 [土]

さて、ぼくは何組かな??



友達100人つくるぞー!!

晴れてぼくたち1年生!!

私は2組だったよー!



1つさニちゃん何組だった??

1組 小島先生

~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~

2組 三山先生

~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~

あれ? おかしいな。ぼくの
名前がないぞ??



ただけマンモス学校
たかかー!!! 笑

29組 火田先生

~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~

えっ!? 28組!!



ズルッ!!

みんなは何組さんだったかな??

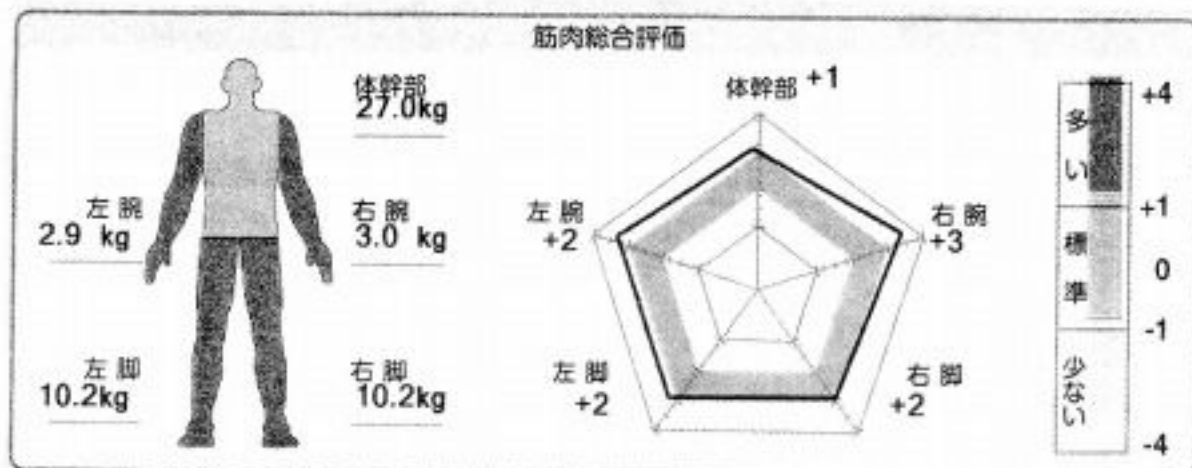
院長先生の休憩室

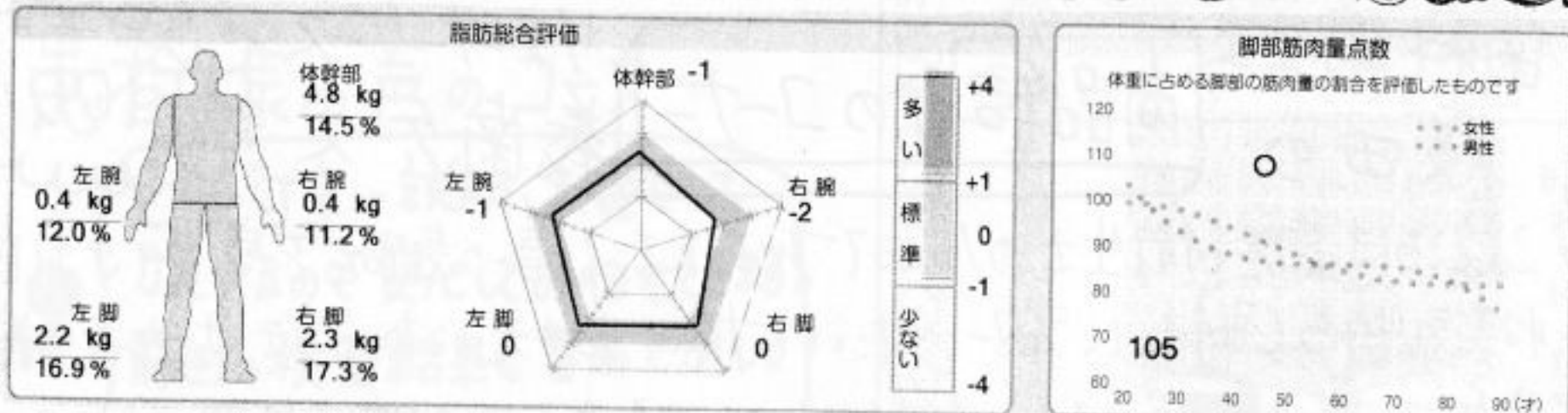


—— 出合いは人を育てる ——

皆さん、こんにちは 4月です。気分一新またスタートですね。平成26年もまるっと3か月が過ぎたわけですが、ここでまた1つの区切りとして、今年も頑張ろうとスタートできますね。

まず、ダイエットの報告ですが、つい先日体脂肪を計りました。TANITA (タニタ) の器械で計ったのですが、これが結構優れもののようです。上半身、下半身、お腹回りなど体の部位別に分析してくれるのです。さらに左右差も分析してきます。この分析によると体脂肪は全体としては15, 3%と標準の結果です。ここでさらに細かく見ていくと、左腕12, 0% 右腕11, 2% 左脚16, 9% 右脚17, 3% 体幹部(お腹)14, 5%でした。自分としては一番お腹を気にしていてもっと腹筋やったほうがいいかななんて思っていたが、意外にも分析結果としては脚のほうが脂肪が多かったのです。じゃあ足を鍛えるのをもっと意識しようと思いました。ただ、この分析は筋肉の量の分析もしていて、その結果からすると、脚の筋肉は少ないわけではなく、左腕+2 右腕+3 左脚+2 右脚+2 体幹部+1ということで筋肉はやっぱり腹筋が比較の中では一番少ないという結果なのです！インストラクターから受けたアドバイスとしては、腹筋はやはりもう少しやってもよく、特にバイクなどの有酸素運動をしっかりとやるともっといい数字に近づいて行くとのこと。この話を聞いてホントあたっているなと思ったことがあります。私はバイクなどの有酸素が一番苦手で大抵やっていません。筋トレはできるけど、バイク30分こげというのは気が向かないタイプなのです。ただ総じて結果としては標準の中のやせに近く、筋肉多めということだったので、とっても嬉しかったです。けど油断は禁物ですよね。皆さんも健康ダイエットと一緒に頑張りましょう。私自身、歯科医療という人の健康に関わる仕事に携わっていますが、「健康的で、楽しい幸せな生活をずっと送っていくこと」このことはつくづく大事だなと思います。悪いから仕方なく治す、ではなく、より良い健康的な状態をキープしていくことです。ぜひ、皆さんに健康的で楽しい日々を送ってほしいです。そのためには、いろんなことが考えられますが、歯、お口の中はかなりポイント高いですよ。お口の中の快適度は、その人の人生の中身の濃さを表しているとも感じています。





さて以前にも少し書きましたが、私は東海市、地元の船島小学校で「読み聞かせ」なるボランティアをしています。と言っても、月に2回くらいのことなのですが、..。どんな本を読んだらこの子たちのためになるだろうか？といつも考えて本を選んでいきます。小学校1年生と小学校6年生では当然紹介すべき本は違います。またその時の季節によっても何を選んで読みべきか、その時の社会情勢流行もあると思います。例えば以前「なめこキャラ」が小学生の間で流行った時には「なめこ」の絵本を小学1年生のクラスで読みました。また6年生だったら修学旅行で京都、奈良に行くので、歴史の話がいいと思います。たった10分ほどの時間ですが、本との出会いを通して、人は大きく成長していくと思います。そしてその出会いはどんなに素晴らしい本であっても、タイミングというものがあると私は思っています。人と人との出会いもそうなのだと思いますが、どんなに素敵は人と出会っても、その時別の人と付き合っていて盛り上がってれば、後から登場したとってても素敵な異性の良さに全く気づかないかもしれません。この世の中にいいもの、素敵なもの、人はいっぱいいっぱいあふれていると思います。が、その人の人生のタイミング、ステージによって気づくときと、全く気付かないでスルーしてしまうときもあると思います。(患者様とドクターの出会いもそうなのかなと思っています。もう少し早く出会っていたらこんなこともできたのに、と思うこともあります。またこれはきっと悪くなるだろうけど、今は多分患者様には伝わらないだろうな、と。)



「網渡りの男」この本は最近私が読みませで買った本です。(高学年向き) 私が読みませで持っている本はほとんど待合室の本だりに置いてありますので、またみるん、みてみて下さい。(9.11アメリカテロを題材に買った絵本です。)

歯科衛生士
廣田の

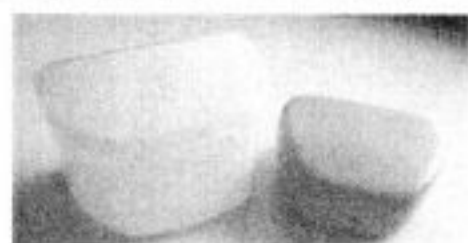
商品紹介のコーナー

リテーナーケース
義歯ケース

¥100

こんにちは、歯科衛生士の廣田です。だんだん春の気配を感じてきましたね！気持ちも新たにスタートしたいですね！お手元にあるリテーナーケース・義歯ケース、ずっと使っているし、新しくしませんか？お子さんの矯正装置が入っているケースも、自宅用・学校用と2つ持つと便利です！義歯ケースも、もう1つ持つと、旅行用など人に見られる場合もキレイだと気持ちがいいですね！当院にてリテーナーケース、義歯ケースが待合室の歯科衛生グッズコーナーにて販売中、好きな色を探してください。

リテーナーケース：白色・黄色・水色・ピンク色
義歯ケース：水色・ピンク色



えんのかもちの アシスタント 永井の ちょこっと豆知識

こんにちは、歯科アシスタントの永井です。

過ぎしやあ季節になりましたね。旅行や行楽に行く方も多いのではないのでしょうか。今回は春の行楽の定番、お花見についてご紹介しようと思います。

元々、お花見といえは、貴族や武士など身分の高い人たちのものだったのですが、江戸時代に徳川吉宗が隅田川堤や飛鳥山に桜を植えさせ、行楽を奨励したことから庶民にもなまっていきました。これは鷹狩を復興させた時、鷹狩によって田畑を荒らしてしまう対応策として、そこに桜を植え、観光資源として農民に還元するといった方法をとったからだそうです。

ちなみに、この季節になるとニュースの天気予報で出てくる桜前線は、本州～北海道南部がソメイヨシノ、北海道東部は千歳ザクラ、東部、南部以外がオヤマザクラ、沖縄はカンヒザクラが観測基準が使われるそうです。



畑先生の春らんまん

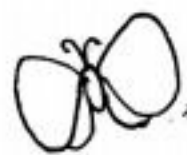
こんにちは、畑です。



もうすぐ桜の季節ですが皆さんはどこで見た桜が一番記憶に残っていますか？ 私の場合は学生の頃に毎年観ていた大学構内に咲く桜です。派手には咲いてはいなかったのですが、新学年を迎えて色々と心が踊っていた学生当時を思い出します。

奈良県には吉野山という桜の名所があります。私の祖父が吉野に住んでおり、つい最近も桜の咲いてない吉野山にいきました。とても静かな所で少し立ち寄った旅館の露天風呂からは山の谷の方までよくみえ、時期には夜桜を観ながらお風呂が楽しめるなんとも素晴らしい所でした。

そんな名所が身近だったにもかかわらず、桜の時期は大渋滞なため、私は一度も吉野桜を観に行った事がなかったのです。吉野山はエリアによって桜の種類が違いかなりの種類の桜が咲きます。また山下から山上へと桜が順に開花していくため比較的長い期間桜を楽しむ事が出来るそうです。今年こそは少し足を伸ばして花見に行けたらいいなと思っています。



歯科衛生士・渋谷の患者様の声のコーナー



矯正治療を受けられた方のご紹介です!



歯並びが悪くて咬み合わせが反対なのが悩みでした。かたいものが上手く咬めなかったり写真撮る時歯をみせて笑うのがいやだったりました。でも矯正をすることによってきれいな歯になり楽しく生活することができるようになりました。最後までがんばって通って良かったです。ありがとうございます。(14歳・女性)

院長より

矯正の治療期間は長いですが、人によって様々です。ワイヤーを入れている期間は1.5年くらい、仕上げに歯をみがき、ゴムをかけていけば、はやくなるし、そうすると長くなるります。



受付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。



4/12、5/17、6/14(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。



4/26、5/31、6/28(土)
13:30~14:00

ホワイトニング体験会

ホワイトニングのプチ体験です。
・完全予約制(定員8名)
・参加費500円

4/5(土)
15:00~



<4月勉強会、セミナー参加予定>

4/6 保険医協会

4/12 日本矯正研究会

4/30 咬み合わせ学会

4/3 徳知学院大学 講師会

4/18 東海歯科大学病院 イノベーション 講演