



せきぐち歯科 NEW ハロアル新聞

受付だより



先まえみ... 院長の現地ピン医療ボランティア活動は、初

(歯科コンシェルジュ 菊地正子)

パワフル衛生士のわ・歯・歯教室

新たな目標



健先... 3歳に検知する息の連続を聞き取ることができるといいます。

(歯科衛生士 小柳かおり)

た生りさこめ顔事気の... 歯の健康を維持するために、毎日の歯磨きと定期的な検診が大切です。



を寄して... 協賛者様の寄付をいただき、活動の励みになります。

容子の歯なまるレシピ



ようやく強烈な暑さも落ち着いて、秋の足音もそこまで来ていますね。今月はカボチャを使ったレシピです。いつもの煮物も美味しいですが、一時間でまた、いつもと違うおいしさになります。

効能…カボチャは、ビタミン、カロチン、鉄、などをバランスよく含んだすぐれた野菜ですが、特に栄養素の多さで目を引くのはカロチンです。カロチンは免疫力を高める働きがあるのです。夏の疲れが取れずにいる方などは免疫力がいつもより弱っているかもしれませんので、かぼちゃを沢山食べてみてはどうでしょうか？

ウマウマカボチャ



材料…(約2人分)

- カボチャ 4分の1
- バター 50グラム
- ★酒・醤油 各大さじ2
- ★砂糖 大さじ3



- 作り方
- 1 フライパンにバターを溶かし、カボチャを食べやすい大きさに切って入れる。蓋をして蒸し焼きにし、焦げないように、途中何度もひっくり返す。
 - 2 カボチャが柔らかくなったら、★の調味料と水150ccを入れ、再び蓋をして中火で10分蒸す。
 - 3 蓋をとり、煮汁が約半分になるまで煮詰めてできあがり！

院長評価・・・味⇒★★★★
スタッフ評価・・・味⇒★★★★★

コスト⇒★★★★★
コスト⇒★★★★

手軽さ⇒★★★
手軽さ⇒★★★★★



カボチャの煮物っぽくない煮物です。煮物はちょっと苦手だという方も試してみてください。バター醤油がきいていてぱくぱく食べられます。(歯科助手 平山容子)



*院長コメント「バターの風味が強く、カボチャの味を消しています…(ToT)」



(歯科コンシェルジュ 菊地正子)

くかい憶な いいをさ向の大での青たは 1をソマ れに距ルる器知
なが人がり今な地取にか限り、光くめ青深9モ・イそ、イ離でか材でフ
りでだ明いまエ中りよう界く何し見、い度8デマヨの半タ、行ををすり
ましかる前でン海入る水点息をかえ1光18ルイ1世せり潜う競一か
すよらいににソ、れ順庄、を求な、0よ0年にヨル界紀ア水もう切?ダ
う、の観観の象て応か水吸めい7流り0公、ルとで、時のス使閉イ
ごかみはただ愛徴ダとら庄つ、0よ多流開リカ、神上フ間とポわ息ピ
注、な彼の数車的イ、のにて何青流りくをのユの彼とのラを、1ず潜ン
意家さがにあ。なプヨ解苛、をいで下水越作ツニのよ歴ン競種ツ一水グ
ま族ん私もる イにガ放ま垂見世はで分す品ク人らば史スい目で息、と
でもにか映 ル臨の、れ直た界地は子海で、ガイれがでまもすでタイ
見ことか画、力む呼身、にのの上もにのす。ベ記バるあ盛す多。どんう
るれつわの、姿吸体ま向でそのの吸中、ツ録ルジりん、く海れク競
とをてら中、冗と法能たかしの0が収、ソに、やまに欧、洋だ等技
気機興ずで、談、や力海うよ先、すさ赤、ン挑エツす行州深、けのを
まに味、み美、の面うらま1べれい、ソに、やまに欧、洋だ等技
ずい深記か、たし禅高に己、%てる光、督姿、特、1れ吸存

「グランブルー」

歯—トフルシネマへようこそ



す。食はて頭まくあす動 し鉄いけ原ま色 りこにすはやしながかがで話
 障、き痛すりか時貧ま欠もる困つ素一、りよ。異すまどつ、ま朝題一
 害口ま、かん顔の血す。性はとよ状正血まふ起のり貧が、一、時つくのの血
 角す耳皮えべも色息の。貧鉄がつか態常「いら立脳血血、貧、貧、に、て、ら、は、
 爪炎。鳴膚す、との蒼れ、と、の乏き、いりは失き、低血のこれにらなく状りつす。
 の、鉄り、掌結よ白、と、の予性まいも血神、血は濃とらなく、は、つ、つ、
 扁食欠、眩、膜うで疲して、防貧すくま少液を目圧自さで、は、つ、つ、
 平道乏眩、膜うで疲して、に血がつすな中生のを律と、いたとかれい小し
 化粘に暈爪がに粘れて、つで、か、く、の、じ、前、生、神、は、本、わ、
 な膜よな、の白眼膜やは、いす、もの貧な赤るが、じ、経、無、来、ゆ、と、れ、急、
 ど異るど蒼つ、眼もす、倦、て、お、今、と、類、は、て、球、で、く、結、害、係、貧、体、く、し、立、う、目、運、会、
 りよ、と、状、症、症、頻、み、を、な、り、じ、ま、運、え、は、多、分、の、血、お、ど、と、冷、に、う、上、前、場、
 まるしも脈らひり、ま

ひまわり先生 心の処方箋
 「貧血について」



さ中のもしのすに、てもませ含ヒりな収 るに鉄摂吸鉄鉄ムりた約まさ毎
 (い。止処、よ、最、く失してま、す、だ、よ、し、れ、や、る、を、れ、た、タ、る、他、こ、率、は、は、
 ひ。す方2う、胃鉄後だわよ、し、れ、や、る、を、れ、た、タ、る、他、こ、率、は、は、
 ま。る通、食障剤に、さ、れ、う、ま、て、紅、と、食、や、ミ、タ、に、と、を、2、1、が、
 わ。り3、ま、後、害、が、い、ま、う、お、茶、吸、べ、す、鉄、ン、も、が、考、5、0、あ、鉄、鉄、の、う、た、ず、の、
 薬。の服月、服お方血 の、た、め、緑、率、り、な、胃、の、ク、モ、血、す、%、2、体、は、食、が、つ、し、古、命、
 局。判用は貧用こさ、と、で、食、鉄、茶、が、り、酸、摂、質、グ、の、る、で、0、の、一、事、失、た、い、く、は、
 白。断し服血するれ診、暑、は、中、吸、ど、が、く、す、分、も、鉄、ビ、防、で、取、ム、ら、れ、謝、血、つ、1、
 井。し勝を状よ合こ、さ、い、発、の、収、は、り、か、の、泌、大、の、ン、と、鉄、鉄、な、な、の、一、は、
 博。な手続が改も、と、た、夏、汗、摂、率、タ、ま、ん、で、さ、切、吸、な、な、を、の、一、は、
 文。い、に、け、改、に、あ、が、た、注、よ、は、低、ニ、食、梅、る、す、を、の、ま、つ、失、へ、一、要、す、て、き、球、
 く用医しまり合、意、つ、避、下、ン、コ、ベ、干、と、高、材、す、か、量、ム、へ、非、が、1、て、が、す、
 だを師て、す、ま、し、て、け、さ、が、し、た、し、吸、め、料、り、と、ム、へ、あ、し、日、い、壊、



☆New歯科技工士歯るかのひとり言☆



みなさんが虫歯を削ったあとに詰めたり被せたりする銀歯や金歯などはどのようにできるのかご存知ですか？

まず、虫歯を削ったらお口の型をとります。その型に「石こう」といわれる水と反応し硬化する鋳物を流し込み、固まると自分と同じ歯の形をした模型ができてきます。その模型の削られた部分、後に金属になってくる部分をロウ（ワックス）や樹脂で製作します。できたものを耐熱性のある特殊な石こうの中に埋め込み、石こうが固まったあと、加熱してワックスを焼却してしまします。すると石こうの中に空洞（鑄型）ができ、その中に溶かした金属を流し込むと、原型と同じ金属の製作物ができてくるというわけです。この方法は、ロストワックス法という鑄造方法で、歯科以外にも複雑な形をした金属製品を作る工業界や、みなさんの身近でいえばゴルフクラブなんかを作るのにもこの方法が使われています。より精密に作ろうと歯科医療から生まれたこの技術は、今さまざまところで役に立っているのです。

そこで私からのアドバイスです。当院では金属の修復物に対していくつかの材質をご説明しますが、この鑄造性に優れていて適合がよく二次的な虫歯になりにくいのはやはり「金」です。また混合金属（保険適用）と違って錆びにくいので、金属の溶け出しによる歯や歯茎の変色、金属アレルギーなどが起こる可能性も低くなります。修復物とはいえ体の中に異物が入るわけですから、ぜひ体に優しい「金」を選んでくださいね。（歯科技工士 鈴木晴夏）

☆ ボランティア インフォメーション ☆

H25.8/6(火) 毎年夏の恒例となっている「月夜食堂」音楽ライブ♪

御協力ありがとうございました。

毎年、タオルや南フランス石けん、募金などを集めた皆さんの御力をさせていただきます。

【参加人数】100名
 【料金】4000円
 【会場】中野区立中央公民館
 【開演時間】19時
 【受付時間】18時30分
 【主催】中野区立中央公民館
 【企画】フェニックス・トップナード
 【協賛】大塚製パン株式会社
 【 후원】アパラン製菓社



当院の院長が「ハロー・アリン・フィリピン医療ボランティア活動」内容を報告中です!!



音楽ライブの様です。左が理事長の湯田孝次さんです。



当院のスタッフも募金集めに参加。

この日の募金は、27,504円でした。すべて「ハロー・アリン! フィリピン医療を支える会」に寄付されます。

当院の患者さんが活動しているNPO法人 朋遊館。

「出会いの数だけ夢が有り、出会いの数だけチャンスが有り。」をモットーに幸せ追求活動です。



(歯科コンシェルジュ 君島明子)



9月の予定	日	月	火	水	木	金	土
〈診療時間〉	1	2	3	4	5	6	7
AM 9:30~ PM 1:00	〇・1	〇/〇	〇/講	休	〇/〇	〇/〇	〇/〇
PM 3:00~ PM 7:30	15	16	17	18	19	20	21
日曜のみ	〇・1	休	〇/往	休	〇/〇	〇/〇	〇/〇
PM 1:00まで	22	23	24	25	26	27	28
〈往診日〉	休	休	〇/往	休	〇/〇	〇/〇	〇/休
火曜午後							
〈休診日〉	29	30					
水曜日							
祝祭日	〇・1	〇/〇					
表示の見方			〇…診療 講…講演 ※…ご注意ください				
			休…休診 学…学会 〇・1…AM8:30~PM1:00				
			往…往診 勉…勉強会				

★今月のお知らせ

9月は診療時間の変更等が多くあります。

9/3(火) 栃木県理容生活衛生同業組合 女性部さんの研修会での講演

9/14(土) 午後のみの診療になります。

9/21(土)~9/24(火) 院長がフィリピン視察の為不在になりますので21(土)は午後5時、24(火)は副院長の診療になります。

9/28(土) 29(日)ボランティア会議の為、28(土)は午後休診、29(日)は午前10時~午後3時の診療になります。



不明な事、緊急時には、お電話にて、お問合せ下さい



歯ッ！とっぴっ



先日、患者さんから「歯の根の痛みを鎮める薬がほしい」といいます。今、歯の根の痛みを鎮める薬がほしいと聞きました。歯の根の痛みを鎮める薬がほしいと聞きました。歯の根の痛みを鎮める薬がほしいと聞きました。

●今治水
1) 効能：むし歯、歯の根の痛みを鎮める
2) 成分：フエノール、局所神経末梢を刺激して麻痺させる作用
弱防痛作用、芳香薬、健胃薬

●正露丸
1) 効能：むし歯痛
2) 成分：むし歯痛、殺菌作用、防腐作用
作用：消炎・鎮痛作用、殺菌作用、防腐作用

歯の痛みは、むし歯による炎症、歯の根の痛みを鎮める薬がほしいと聞きました。歯の根の痛みを鎮める薬がほしいと聞きました。歯の根の痛みを鎮める薬がほしいと聞きました。



新人歯科衛生士の歯ッスル奮闘記

先月末で今年度のハローアルソン・フィリピン医療ボランティアの参加高校生募集が締め切りを迎えました。栃木支部である当医院からは、患者さんでもある高校2年生の女の子が参加をすることになりました。

彼女の治療に何度か携わることがあったので、なぜ参加したいと思ったのか聞いてみました。彼女は「ボランティアが好きだから！」と目を輝かせながら教えてくれました。今年の夏には宮城へ復興支援のボランティアも行ったそうです。そんな彼女とともに、私も今年度のボランティアに初めて参加します。興味をもった高校3年生の時は受験とかぶり、歯科衛生士学校時代は学校の許可が下りずに参加出来ませんでした。やっと参加できるので、今は不安や緊張よりも楽しみの方が大きいです！

歯科衛生士は主にクリーニングや歯磨き指導を行います。日本とは異なる環境で、私が自分の役割をこなすには今の半人前のままでは難しいと思います。ボランティアまで約5か月です。レベルアップをしてボランティアに臨めるよう、日々の診療から一生懸命に行いたいです。また冬には、参加高校生が研修に来ます。高校生に負けないように、元気に明るく頑張ります。

(歯科衛生士 池田琴美)



患者様へのお知らせです。

9月より、ボランティアに参加する橋本支部の
 高校生の研修がはじまります。

大きな声でのごあいさつ、診療補助
 などをして頂きますので、温かい
 応援を多くお願いします。

また、高校生渡航の為に募金も
 どうぞお願いします!!

いがさのじたどなな当ら
 たら故親りもの事の時く私
 無の不な学の物がポ大が
 駄特孝がだ生どがケ学初
 な権でら。が無発ツ3め
 話であの今時い売ト年て
 にあつ学と代くさべ生携
 時るた生なのせれたるか
 間とが生つ先にたかから
 と勝、活て端大時らしい
 お手当には風学は、新の
 金を時携親を校、た頃持
 を正は帯のふ内大にでつ
 費当そなすかかして携あ
 や化れどねしほて帯ろの
 ししが全をてと重う。は
 てな若くかいん要話恐

「悪質写真」
 院長手記



迷のに官一方一いから究はまばだ低れごりぎあにベ数めの合eる。話が最欠今一つ若せか
 惑一迷達理が悪。育極人つこけ下テるくはる。りり、がけ帯-cは。題起近な携だせな出わ
 は悪惑が性対「誰むのがたのの」レぐわな。りり、がけ帯-cは。にきそ一若帯けのい来ず
 か質を判「時もしこモー親よ問とピらずい勿に遠危話にのの：ツなイツ類なイツ
 け写か定やし兼もたら生にう題言でいか論も捕険題撮機能にツタ、い。電の一現とくもら電前
 て真けを「たね人がル涯もなでつはでな、一者なに影能なしを思全、一。のつ代答道し、るも、会
 い「る下常と備は出だ。責思はて異な被本彼いた所て愚うくう、一。のつ代答道し、るも、会
 な「のなす識」に「ななそ生は。判だ。音。：そい「行らでも立いか存縁一フエはいわイス
 い、事と小一子ありかのにあ判だ。音。：そい「行らでも立いか存縁一フエはいわイス
 目者戒さ規供ら小つ大お断ろしに。のた動「るちるで分はいエ
 立はめい則のゆな切い。能うか「後ずをに始入。腹利なわス
 ち他ら頃「頃るり親なて一力。し、若。は「正セ末。食立用いるゆス
 た人れ、とか場一の能避善には、者。笑「当ン。し、品のした、おツク、
 いにた親いら面善責力け悪育つこの。つと化ス情、のし目巷友、
 とはがにつ培で「任をらのてきればモラ。ていすがけパ上い目巷友、
 い直、「たつそもは幼れ判てりはラル。濟うるななトに写立で達
 う接今他裁たの。大小少な断し言若ル。まのつさいカ寝真つは付
 単の回人判。両。きかい「え者。の。さ。は。も。過。：。そ。の。た。こ。き

：る冷もる巻。はザう責来く。けていあき私時ば。殺自う。は温そ。言もン性。は私を。で無う。に
 。写蔵な。きそ目イか。を害ら。かいな。う。少不し。つ。何まの。ネ現り。ても。大葉悪。一のり。は閉ど。さ。悪
 真庫い多込ん立ク。を害ら。かいな。う。少不し。つ。何まの。ネ現り。ても。大葉悪。一のり。は閉ど。さ。悪
 をに人くむなちど。外はせ。あ話も。つ。誰時人。ず思な。簡い。して。で。目な。会。希。は。た。者。れ。ト。さ。が。つ。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 撮入々のか中、い外はせ。あ話も。つ。誰時人。ず思な。簡い。して。で。目な。会。希。は。た。者。れ。ト。さ。が。つ。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 つつが子も、い外はせ。あ話も。つ。誰時人。ず思な。簡い。して。で。目な。会。希。は。た。者。れ。ト。さ。が。つ。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 てた毎供し今、い外はせ。あ話も。つ。誰時人。ず思な。簡い。して。で。目な。会。希。は。た。者。れ。ト。さ。が。つ。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 り、日達れ日だ。は。徳。ま。物。世。不。論。思。議。な。あ。お。の。は。狂。り。な。に。だ。と。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 のがなもか。は。徳。ま。物。世。不。論。思。議。な。あ。お。の。は。狂。り。な。に。だ。と。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 場ピ様儀いシ。う。お。社。人。を。議。な。あ。お。の。は。狂。り。な。に。だ。と。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 合ザに牲内リ。だ。こ。会。生。あ。お。の。は。狂。り。な。に。だ。と。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 じ生殺に戦ア。う。つ。は。狂。り。な。に。だ。と。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 や地さなが。は。う。つ。は。狂。り。な。に。だ。と。今。と。考。え。て。い。る。の。い。る。の。像。の。だ。ろ
 なをれり続。か。た。な。う。な。何。と。味。い。撮。ま。伝。言。あ。よ。傷。ま。は。い。た。い。や。く。タ。便。や。店。と。の。ろ
 (院だ。つ。い。何。て。界。中。彼。の。だ。ど。ら。ん。情。つ。悪。で。と。は。え。り。で。も。い。や。く。タ。便。や。店。と。の。ろ
 長)る。て。る。の。い。中。彼。の。だ。ど。ら。ん。情。つ。悪。で。と。は。え。り。で。も。い。や。く。タ。便。や。店。と。の。ろ
 い。罪。を。達。モ。ろ。の。本。な。情。つ。悪。で。と。は。え。り。で。も。い。や。く。タ。便。や。店。と。の。ろ