



★技工士歯るかのひとり言★



「歯固めの義」という行事をみなさんは知っているでしょうか？この行事には2つの儀式があります。一つは、赤ちゃんが生まれて100日目のお祝いに行う「お食い初め」の儀式です。お食い初めの赤ちゃんのお膳にご近所の氏神様の境内から借りてきた小石を乗せます。「丈夫な歯が生えますように、食べ物に困りませんように」と願いを込めて行う儀式で、この石を「歯固めの石」というそうです。もう一つが平安時代のお正月行事で、固いものを食べて歯を丈夫にし、長寿を願う儀式です。その名残として茶道では初釜の時にゴボウの入った「花びら餅」いただきます。

歯は齢を表しています。「歯固め」には齢を固めて新たに生まれ変わるという意味があり、この時期に硬いものを食べて歯を固め、長寿を願います。

長く自分の歯で噛むために今ある歯を大切にしていきましょう！

(歯科技工士 鈴木晴夏)



楽しい歯話♪



『元気でいるための10カ条』

2015年、未年の始まりです。新年を迎えるにあたり、今年も家族みんなが健康で幸せでありますようにと、誰もが祈願されることと思います。誰もが健康で長生きしたいと思っているかと思えます。そこで、『元気でいるための10カ条』をご紹介します。

1. 笑うこと
2. 携帯電話を運転中に使わない
3. ストレスをためない
4. 歯の手入れをする
5. 運動をする
6. 頭の体操をする
7. ビタミンを摂る
8. ファーストフードを食べない
9. トマトを食べる
10. たばこを吸わない



この10カ条は、ほとんどが歯に関係しています。ストレスをためることで心身ともに衰弱したりしますが、歯ぎしりを誘発し歯に負担をかける原因にもなります。歯の手入れをしないと、虫歯・歯周病になることはもちろんのこと、歯周病菌は糖尿病を悪化させたり、血流に乗って心臓や他の臓器にも感染することが分かっています。またファーストフードは現代の軟食社会の象徴であり、顎や脳の発達には悪影響を及ぼすほか、栄養面にも問題があります。その反対に「トマトが赤くなると医者が青くなる」とことわざがあるように、トマトには体の良いとされる様々な効能があります。

分かってはいるけどやめられないことばかりですが、今年をいかに健康に過ごせるか、ぜひこの10カ条を頭の片隅に置いてお過ごしください。

(歯科衛生士 菊地久美子)





Q 昔の人の骨格ってどうだったの？
A 彫の深い四角な顔をしていました。

せーのっ！



縄文人は顎の骨がしっかりしていて、顎の大きさに対し歯が小さかったため、歯並びが綺麗でした。側頭筋や咬筋が発達していたので、現代人に比べると遥かに硬い食物を食べていました。特に縄文人は、小さな歯を根っこまですり減らして、めいっばい使い切るような生活をしていました。

そんなしっかりした顎と歯並びをしていた日本人の顔は、古墳時代以降、徐々に華奢になっていきました。縄文人の頭骨は極めて頑丈です。しかし、古墳時代人はえらが張っていましたが、縄文人ほど丈夫ではありません。歯を支える歯槽骨の厚さが減ってしまっただけからです。江戸時代には、上流階級の人々の多くは頭の幅に比較して、顔の幅が狭く、下の顎の骨密度は薄いのです。歯並びは比較的綺麗ですが、顎の奥行きが足りないため、親不知の生え方のスペースがない状態です。構造的に弱くなっています。柔らかい物ばかりを食べる特殊な食生活をしていたので、しょう。高級な棺桶で埋葬されていた人と安い棺桶に埋葬されていた人々では、顔の細さが違っていました。江戸時代では、食生活も身分によって違っていました。しかし、この上流階級の少数派を除くと、全体としては、健全な咀嚼機能を持っていました。この状態は数十年前まで続いていました。

現代の人々はどうか？お子さんは咬み応えのある物を食べていますか？歯並びは綺麗ですか？咀嚼機能がよく発達していませんか？将来さまざまなトラブルが起きる可能性があります。それを防ぐには、幼児期の頃から、硬く歯こたえのある物を食べる食生活習慣を付ける事が肝心です。

(歯科衛生士 藤田友希子)



ひまわり先生 心の処方箋

「くすりの知識 10ヵ条」



先日、薬局に来た患者さん同士がくすりについて話をしていました。知り合いの人から手首の腱鞘炎に効く貼り薬をもらって貼ったらいい感じだったから今度、機会があればあげるよ！私は患者さんに聞きました、どんな貼り薬を貰ったのですかと尋ねると現物あるから見せてあげると取り出した薬は心臓（狭心症）などで使用する薬でした。患者さんに、その薬は腱鞘炎の薬ではなく心臓の薬と説明するとビックリした顔をしていました。そこで今回は、薬の知識10ヵ条についてお話しさせていただきます。

- ①人のからだは「自然治癒力」を備えています。しかし「自然治癒力」が十分に働かないこともあります。そのような時に病気やけがの回復を補助したり、原因を取り除くためにくすりを用います。
- ②くすりは長い年月をかけて創り出され、承認制度により有効性や安全性が審査されています。
- ③くすりには、医師の処方せんが必要な医療用医薬品と処方せんがなくても薬局などで直接買える一般用医薬品があり、その販売は法律で規制されています。
- ④くすりは、使用回数、使用時間、使用量など、決められた使用方法がそれぞれ異なっており、医師・薬剤師の指示や、くすりの説明書に従って正しく使用しましょう。
- ⑤医薬品は、自分の判断で止めたり薬を減らしたりせず、そのくすりを他の人に使ってはいけません。
- ⑥くすりには主作用と副作用があり、副作用には予期できるものと予期できないものがあります。
- ⑦くすりを使用している時と様子が違う時や判らないことがある時は、医師・薬剤師に相談しましょう。
- ⑧くすりは高温・多湿・直射日光を避け、子供の手の届かないところに保管しましょう。
- ⑨「サプリメント」や「トクホ」は食品であり、くすりではありません。
- ⑩「お薬手帳」は大切な情報源です。一人一冊ずつ持ちましょう。



くすりに対して正しい認識をもち実践しましょう。

(ひまわり薬局薬剤師 白井博文)



たせにで か40 はかとうする まよ膜の隙か歯力歯1に膜 ど
 らて、は治か・ち時な揺と。骨矯す。うはた間す根にに0加と歯う硬
 い力療る03な間力れ歯の正。と衝めがの膜よ同0わ呼としい
 ごたウ初このミミみしがし始槽し代治 の周がす元圧方1衝れを矯でも
 相だん診期とリリにかかめ骨か謝療 るの周がす元圧方1衝れを矯でも
 談いセ時間ので平か用まはし機は、 の吸困っ。の迫向5撃る支正も
 くてリのはな移す均るいす崩、能 で収にたそ厚での0か組る療み
 だイン資、り動が的のる。壊歯 こ が必をこてをくをm歯が骨に砕く仕組
 さまグ料歯まが、なでこししにをの が必をこてをくをm歯が骨に砕く仕組
 (いす時)並す必矯歯すとた、暴うよ、そなりのそ保つ続厚守り歯つこ
 (歯科衛生士 小柳かおり) のに歯び。要正の。がが歯力まう の一ま歯のすてのみるま槽てと
 で治型に な治移 出つは的に 結定す根一るしにが働す。くで
 療やよ の療動 来て移な利骨 果の。膜方たま加あき。厚 はでめいりを通との
 心期しっ でで距 な、動強用と 厚 はでめいりを通との
 配間て違 計多は ののはかて根 のをう元き周すとすて。い歯によ丈
 なにト違 算く1 で移なを歯膜 矯動く加をの 動にて厚ばのす歯して根は、うな
 事つゲい 上ケ 矯動く加をの 動にて厚ばのす歯して根は、うな
 がいんま 1場月 正にグえ移間 が維 みさ骨の根か、膜し約は歯が
 りおを。年合間 治はうて動で 生持歯にれをと膜し約は歯が
 ま話も当 以上約 療緩グしし起 じし根戻て溶 は 歯根

きれいな歯ならび123!

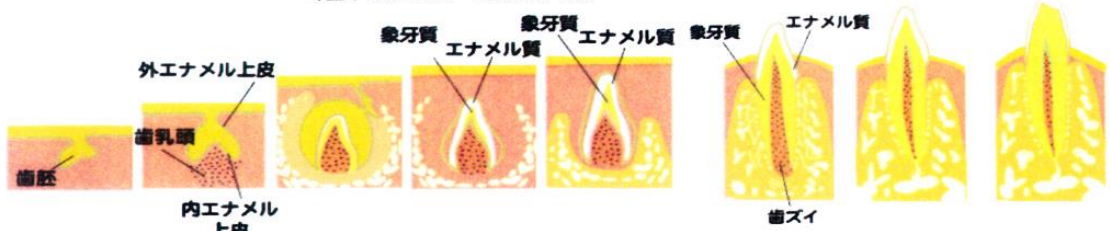


子育て歯っぴースマイル☆

みなさん歯はいつから出来始めるのか知っていますか？受精し、7週間程の時点で歯の卵が作られ始めるのです。今日は赤ちゃんが産まれてくるまでのお話をしたいと思います。

- ①胎生7～10週（形成開始期）：歯の元になる細胞が集まり、歯胚という乳歯のたねを作り始めます。
- ②胎生2～3ヶ月（組織・形態分化期）：歯の種が大きくなり、歯小嚢（ししょうのう）という袋の中で乳歯の輪郭が出来てきます。
- ③胎生4～6ヶ月（石灰化開始期）：袋の中で歯冠（歯の頭）の部分が固まり始めます。

歯冠は徐々に固まり、生後2～11ヶ月で完成し、その後生後6ヶ月程で下顎の前歯が生え始めます。実はこの時点ではまだ歯冠しか完成していません。歯は生えた後からも徐々に成長し根も作られるのです。そして大人の歯は胎生4ヶ月程から歯の卵が作られ始めます。永久歯が生えてくるのはおおよそ6歳程なのでなんとも早い気がしますね。
 産まれる前から一緒に成長してきた歯…丁寧に歯磨きをして良くケアをしてあげましょう！
 (歯科衛生士 北島紗希)



新年 あけましておめでとうございます

今年は患者さんとコミュニケーションの機会を増やしたいと思います。受付は忙しそうだからと言われることが多いのですが、それでももっと沢山の会話をしたいと思っています。また今年こそは、時間のやりくりをして、泊りがけの旅行をしたいと企てています。去年はどうかこうにか日帰り旅行が精いっぱいでしたが、今なら、常陸那珂あたりでアンコウ鍋が食べごろですね、行きたいところ、食べたいものは限りなく夢は膨らみ放題、多少無理をしても出かけてみたいと思っています。(歯科コンシェルジュ 菊地正子)



フィリピン医療ボランティア活動の現地の活動に参加していない身として今年は、「1日100円募金」を実行しようと考えました。フィリピンのスラムの人達は、1日100円あれば家族4人が生活できます。そんな現地の人達を思いながら毎日募金箱に入れようと思います。また高齢化社会の日本において、自宅で介護されている方々にアドバイスが出来る様に口腔ケアについて学び情報を発信していこうと思います。(歯科衛生士 黒川淳子)



以前より食について興味があり、何か資格をと、資料などを取り寄せていましたが、実行しないまま現在に至ります。そこで今年こそは、必ずや資格を取りたいと考えております。健康な生活の基本は「体にいいバランスのとれた食事」から。キーワードは、マクロビオティックや食育。この講座を学ぶと、クシマクロビオティックスコンシェルジュ、健康管理一般指導員などの資格が取得できます。食生活に必要な事柄をきちんと理解し、その考えを受付から、皆様に伝えていけたらと考えております。(歯科コンシェルジュ 君島明子)



今年は、絶対に痩せたいです！歳をとればとるほど、新陳代謝が悪く脂肪が燃焼しないようです。ですが、3キロは頑張っておとしたいと思っています。仕事の面では、昨年は「第二種歯科感染管理者」という資格を取得させて頂きましたが、今年はさらに上を目指し、感染管理者としてレベルアップするため「医療環境管理士」というという難関の資格取得を目標に勉強します。この資格は感染予防対策スペシャリスト資格で感染予防、管理、教育の指導的立場になる資格で、試験は8月です。感染対策のスペシャリストになる様に頑張ります。(歯科助手 平山容子)



最近、5歳になる娘の話口調を聞いていると、まるで私の様だと気付くことが多々あり、『言葉の使い方』は大切だと重々感じているところです。特に我が子に対してよく発してしまう言葉、『バカじゃないの!』を今年は禁句にすると心に決めました。また、虫歯や歯周病の原因であるプラークを、PSソフトの歯ブラシを使ってご自分で100%落とせるように、患者さん一人一人のサポートを今年は厳しく徹底させて頂きます。覚悟して下さいね! (^_^) (歯科衛生士 菊地久美子)



現在、「メンタルケア心理専門士」という資格取得のため勉強中です。より優しく、より温かく、もっと患者さんのお役に立つスキルを得るために、今年の資格試験に合格するのが最大の目標です！また、子供の成長で最近では厳しく叱ることはだいぶ減ってきましたので…。優しく、「手を抜かない」母を目指します。お弁当のリンゴも、面倒がらずウサギにしてあげようと思います(笑)。(歯科助手 大森ちひろ)



あけましておめでとうございます。「超高齢社会」を担当している庄司です。昨年よりお悩み相談として、福祉・介護に関するの質問にお答えしています。何かお悩み事がありましたら、メール下さい。今年もよろしくお願ひいたします。

h5v3v8@bma.biglobe.ne.jp (認知症ケア専門士 庄司康善)





本年もよろしくお願ひ致します



歯科衛生士になって、20年目の今年は、歯科以外にも目を向け、色々な勉強をしたいと思っています。去年は、興味深い講演会やセミナーにも参加させていただき、今まで知らなかった事を学ぶ楽しさを知りました。今年も、そういう機会を持ちたいと思います。また、発達についての勉強をし、AS（自閉症スペクトラム）サポーターという資格取得をめざしたいと思っています！

（歯科衛生士 小柳かおり）



2014年は-3kgを目標に掲げました。まだ3月！と思い油断していたら気付けば2015年…。あれから変化がありません（笑）今年こそはっ！-3kg減、それを維持していくことを目標に頑張ります！！あとは貯金も…頑張ります。仕事の面では基本的なことですが、体調を崩し、仕事に穴をあけないようにし、体調不良での遅刻・早退0を目指します！また9月に保団連医療研究集会有ります。そこで自分が立てた治療の計画、結果を自信を持って発表できるよう、日々の診療に取り組んでいきたいです。（歯科衛生士 池田琴美）

去年はコンフォートブリッジの症例を沢山見てきました。流れや処置の内容などを勉強してきたので、その知識と技術を発揮したいです。しかし、一番大切な事はそうならないよう予防する事。歯科衛生士魂全開でハロアル磨きを徹底してお話していきます。

プライベートでは、「怒らない母」でいたいです。1度で言う事を聞かない息子について怒鳴ってしまっていますが、息子の気持ちも考慮しながら、怒らないでうまくうながす言い方をマスターしたいです。これ以上しわが増えないよう、神の目で子供達を見守りたいです。

（歯科衛生士 藤田友希子）



去年の勉強会で、興味がない事に無関心ではいけない事、学ぶべき意欲の大切さを学びました。去年は、歯科助手の資格を取ったので、今年も資格取得を考えています。今、取りたいと思っているのは「食生活アドバイザー」です。生活習慣病が多い近頃、この資格を取ることで皆さんの食生活改善の役に立てればと思います。プライベートでは、今年小学生になる息子のやりたい事に積極的に付き合い、何にでもチャレンジしていきたいです。（歯科助手 人見理紗）



2015年の抱負は休みの日はご飯を作る！です。去年はなかなか実行する事が出来なかったので、まずは一般的なお料理が出来るように頑張りたいです。もう一つ、私はコンビニでの無駄な出費が多く、一回行くと千円は軽く超えてしまいます。帰り道のコンビニの誘惑に勝てず毎日のように立ち寄り事も…。今年は無駄な出費を抑え貯金の年にしたいです！目指せ100万円！！仕事面では、技工所などに短期間の修行に行き、外で活躍する技工士さんの技術を自分の目で見て学び、技工の幅をもっと広げていきたいと思っています。（歯科技工士 鈴木晴夏）

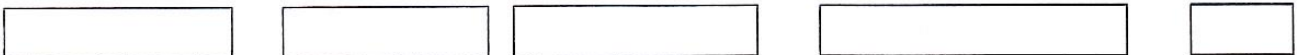


去年の目標は「貯金」でしたがなかなか達成できず…。今年こそは貯金！そして旅行！去年はボルダリングに初挑戦しました。運動不足になりがちなので少しでも運動するように心がけたいと思います。また、一人でも多くの患者さんに歯肉磨き、PSソフトのお話をして行きたいです。あとフィリピンボランティアまで約1ヶ月…。去年以上の活動が出来るよう、全身全霊で臨んで行きたいと思っています！（歯科衛生士 北島紗希）



去年は、自分の事情で小学生時代から続けてきたキノコ狩りに一度も行かませんでした。キノコ狩りは単にキノコだけを目的に行くのではなく、年々変わっていく山や木の状態など自然を感じることが出来ます。今年、キノコも含め自然を満喫したい、そして日本の自然に魅了されたい。それが自分に対しての元氣、やる氣の源です。今年度も宜しくお願ひします。

（ひまわり薬局薬剤師 白井博文）



容子の歯なまるレシピ



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。
 新年初めの材料は「干しいたけ」です。患者さんであるSさんが昨年「是非レシピに使って」と持ってきてくださいました。とても嬉しくありがたいと思いました。新年1回目から、とても嬉しい気持ちで始められ今年もよい年になりそうです。本当にありがとうございます。

干しいたけ効能・・・乾燥させる事で、香りが生まれるだけでなく栄養素が凝縮されて体によりよい効果をもたらしてくれます。「多糖類」の一種であるレンチナンには外敵から体を守る効果があります。

旨みたっぷり☆干し椎茸の餅巾着

材料	油揚げ	} お好みの分量で	作り方	1	油揚げにお湯を回しかけ油抜きする。
	干しいたけ			2	油揚げを二つに切り餅と戻した干しいたけを入れかんぴょうや 三つ葉などでとめます。彩りもきれいです。
	もち			3	おでんの素でサツと煮込む。
	おでんの素				

私は煮込みすぎて、中の餅が溶け出してしまいました。ですが味は美味しいです。しいたけの旨みが溶け出していますので美味しくはないはずがありません。2回目は、煮込み過ぎず見た目も素敵にできました。(歯科助手 平山容子)



←2回目は、上手にできました

院長評価 味→★ 手軽さ→★ コスト→★
 スタッフ評価 味→★★★★★ 手軽さ→★★★★★ コスト→★★★★★

院長コメント「何故、新年はじめのレシピがこれなのでしょう？何故、しいたけと言ってははじめに浮かぶのがこれなのでしょう？何故巾着なのに、中身が飛び出て肝心なもちが硬く・・・。コンビニのおでんが食べたくなるような味です。ただし、Sさんから頂きたいだけは凄く美味しかったので、別のレシピで食べたいです。」



←院長先生が食べた感想です！



い~歯の学校



「代用甘味料の活用」



みなさんは甘いものは好きですか？疲れた時は甘いものが食べたくなりませんか？
 私たちが普段甘味料として最も多く利用している砂糖。その主成分は、ショ糖（スクロース）といいますが。ショ糖は味がよく、加工もしやすく、高エネルギーなどの利点を持ちますがその反面、とりすぎると肥満、糖尿病、そしてむし歯の原因になるという欠点があります。

ショ糖がむし歯の原因になるのは、口の中かで酸や歯垢ができるもとなるためです。代用甘味料であるキシリトール、マルチトールは酸や歯垢のもとにならず、虫歯の原因を作りません。また再石灰化作用があるため虫歯予防にも効果があると言われています。

現在、ショ糖の欠点をもたない代用甘味料がいろいろ開発されています。ダイエットやむし歯予防のために、お菓子や清涼飲料などに用いられています。みなさんもすすんで代用甘味料商品を選んでみてはどうでしょうか(*^_^*)？

ちなみに・・・甘さだけでいうとキシリトールやマルチトールの方が甘いですが、エリトリトールは摂取カロリーがキシリトールの約10分の1しか無いので、甘みを強くするために量を増やしてもカロリーが高くなり、ダイエットにおすすです！ (歯科衛生士 池田琴美)





インフォメーション



2015年ハローアルソンフィリピン医療ボランティア活動の日程が決まりました！

2月7日～10日までの4日間、現地にて頑張ってください！！



<渡辺 愛人>



(高校教員)

みなさんのお力添えて
ハローアルソンも第10回目のボランティアとなります。物資を届けてまいります。今後ともよろしくお願ひ致します。

<当院 院長>



(現地に)行っております!!
お心忘れずに活動してきますので
心後よろしくお願ひ致します。

今回は「ハローアルソン・フィリピン医療ボランティア活動」も記念すべき10周年目です。過去最多、95名の皆さん

みなさんに、活動の様子
フィリピンの子供達の笑顔を
たくさん撮ってきます!
元氣漲ってきます!!



(Xmas肉牛兵衛店長)
<宮澤 健一>

<北島 紗希>



チーム
杉本は
7名参加。



<鈴木 日青夏>

今年で4回目のフィリピンです。悪い意味での「慣れ」が出ないよう、お心忘れず、去年より更に良い活動ができるよう全力で頑張りたいと思います。

2回目の参加です。昨年の義歯製作の糸野さんを生かし、今回は、1年間で成長した部分を見せられるといいです。



<平山 裕子>

負けないように頑張ります。

今回参加する歯科助かしの平山です。子共にも手がかからなくなり、やっと参加できる事になりました。せきぐち歯科のメンバーの中では最年長ですが、若い人のパワーに



<池田 琴美>

2回目のフィリピンボランティア。今年も楽しみながら笑顔を絶えず活動したいです!

(歯科コンシェルジュ 君島 明子)



	日	月	火	水	木	金	土
1月の予定					1 休	2 休	3 休
<診療時間> AM 9:30~ PM 1:00	4 休	5 休	6 O/性	7 休	8 O/O	9 O/O	10 O/O
PM 3:00~ PM 7:30	11 O・1	12 休	13 O/性	14 休	15 O/O	16 O/O	17 O/O
日曜のみ PM 1:00まで	18	19	20	21	22	23	24
<往診日> 火曜午後	O・1	O/O	O/性	休	O/O	O/O	O/O
<休診日> 水曜日 祝祭日	25 O・1	26 O/O	27 O/性	28 休	29 O/O	30 O/O	31 O/O
表示の見方	O...診療 講...講演 ※...ご注意ください 休...休診 学...学会 O・1...AM8:30~PM1:00 往...往診 勉...勉強会						





超高齢化社会に向けて

～お悩み相談～

★質問がありましたので、お答えします★



★質問★

「自宅で認知症の父（78歳・要介護1）を介護しています。父の手の甲や腕には、いつも内出血ができており、治ったと思ったら違う場所に内出血ができるのを頻繁に繰り返しています。父にどうしたのか聞くと、「分からない」「どこも打っていない」と言い、原因が分かりません。他人が見たら虐待でもしているのかと疑われそうなくらい、身体のおちこちに大小の内出血があるのです。転倒している様子もないのですが、考えられる原因があれば教えてください。」

★答え★

はっきりとした事は分かりませんが、恐らく飲んでいる薬が影響している場合があります。現在私が勤務しているグループホームの入居者の方にも、内出血のできやすい方が数名います。その方に共通しているのが、バイアスピリン・パファリン・プレタール・ワーファリンといった血液を固まりにくくしたり、血液の流れを良くしたりする薬を内服していることです。脳梗塞の再発を予防する薬なのですが、これらを飲んでいると、私たちがあれば何でもない、ちょっとした衝撃や圧迫でも、内出血ができてしまう高齢者は少なくないようです。

あなたのお父さんは脳梗塞の既往歴はありますか？現在内服している薬を確認して頂き、このような薬を飲んでいれば、それが影響しているのだと思います。一度かかりつけの先生に診ていただきましょう。

補足ですが、これらの薬を飲まれている方は、歯医者を受診する際、必ず申告するようにしましょう。抜歯などの際、止血困難な場合があるからです。しかしご安心。せきぐち歯科ではなるべく歯を抜きませんので・・・！

h5v3v8@bma.biglobe.ne.jp (認知症ケア専門士 庄司)



禁煙への近道



先日、いつもの食卓で娘がこんなことを言いました。「タバコを吸うとね、しわが増えるんだって。」それは母のお肌を見て言っているのか...？確かに曲がり角はとっくに曲がりましたが(笑)。

実はその日、学校で「禁煙教育」という授業があったそうです。「タバコ博士」を名乗る講師の方が、タバコについていろいろと教えてくれたと言っていました。しわが増えるだけではなく、「肺を壊す」「血管がキューってなって、血の巡りが悪くなって、それを繰り返していると血管がポロポロになって、破けてしまう」「タバコを吸わなくても、近くで煙を吸い込むだけでもダメなんだよ」小学生にはとても衝撃的で、強く印象に残ったようです。

「タバコは体に悪い」ということはなんとなく理解している子供が多いかもしれませんが、身体にどのような影響があるのかを詳しく教えるのは、とても重要なことだと気付きました。コンビニやスーパーで手軽に買えて、身近な大人が普通に手にしているタバコが、実は体をむしばむ恐ろしいものだとすることを教えるのに、10歳という年齢はちょうどいいのかもしれないね。

自称「せきぐち歯科のタバコ博士」である私も、いつもここで話題にしていることを話しました。成長期の身体は、全身が活発に細胞分裂を繰り返しています。タバコにより低酸素状態、血管収縮、ビタミンCの破壊が起こり、それでも体内に入った物質をどんどん分解して、ニコチンやほかの有害物質にさらされた悪い環境にも適応しようとしてしまうため、依存も強くおこり、悪循環に陥ります。タバコを習慣的に吸っている未成年は、高校生男子で8.5%、女子で3.1%です。(「禁煙タバコ生活」より) 未来を生きる子供たちが心身ともに健やかに成長していくために、タバコは邪魔でしかありません。

今後は喫煙している患者さんだけでなく、虫歯予防に通院する子供たちにも、すこしずつタバコについて教えてあげたいと思っています。

(歯科助手 大森ちひろ)



院長手記

「新年を迎えて」



す。新年明けましておめでと...
今年も旧年中は大変お世話になりました。
今年も新年明けましておめでと...
今年も新年明けましておめでと...

このキ医一なかうい か体度子1本しれりに頂依
ん嘔ニ師抜一しこ、マさ無自供本当てほ鉛行き頼私
なみしと歯歯と一ラだい分のたの鉛筆をけはは

な犯一き貧要一かこわほた。ある
い罪生ないしなそ。のずど。こる
にきいいれはりで問異ミの年

2015年も
スタッフ一同 よろしく
お願い致します！！



あ う源合一んら 年でいのてちまかす
り今に「い心」も当に世命たののすら。2
ま年誠をととの皆院な界をの子空事。0
すも心し、「心」関さもる中絶供腹件昨 一羊1