



東山便り

Vol. 89

2024. 6月号



東山デンタルクリニック
HIGASHIYAMA DENTAL CLINIC



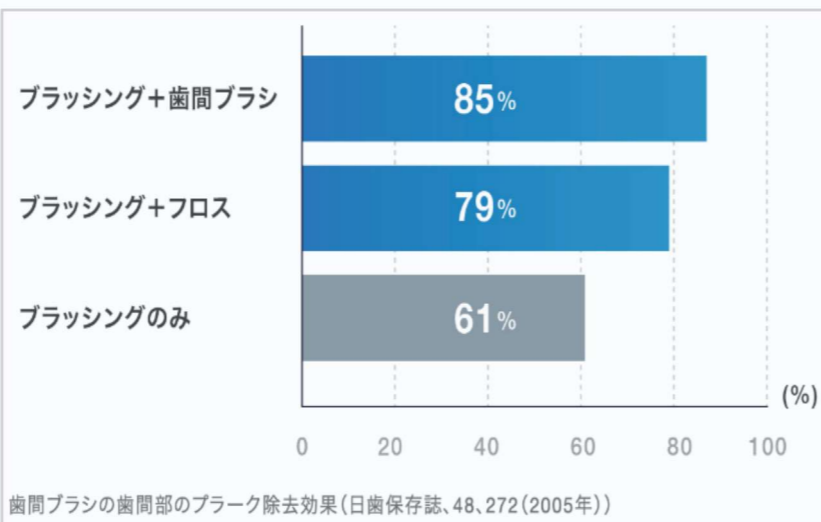
★ Enjoy brushing your teeth. 🦷

先日、デンタルショー（様々な会社の歯科材料や器具の紹介の展示ブースがあり、一年に一度開催される祭典）に行ってきました。

私は、歯ブラシや歯間ブラシなどのお口のケアグッズを主に見聞きしながら周りまわりました。とても多くの会社の製品があり、各々に特徴があり、また学生の頃にはみられなかったような商品もあり驚きました。

今まで歯間ブラシは、年齢を重ねたり様々な理由により歯茎が下がってしまった場合に歯ブラシと併用して使用するイメージがありましたが、健康な場合でも予防のために正しいサイズを計測して処方するという商品のコンセプトをお聞きし歯間ブラシにより関心を持ちました。

SUNSTARのHPに歯間ブラシの使用法の紹介があり、その中で歯間ブラシの歯間部のプラーク除去効果について下記図の掲載がありました。



ハブラシでは届かない、歯の側面についた汚れ（プラーク）や歯と歯の間の食渣（食べかす）はフロスや歯間ブラシで取り除きます。

私は現在、幾つか印象に残ったブースがあり、歯ブラシやフロス、歯間ブラシなどを実際に使用して検証しながら楽しんでます。

歯磨材も同じですが、一人一人虫歯や歯周病のリスク、唾液の性質や生活習慣、性格、口の大きさ、お口の中の状況、器用さ、考え方など様々なため、靴や服などと同じように選択肢が沢山あり、自分に適した歯ブラシ選びとなると困ってしまいますね。

当院では、ご存知の方も多くみえると思いますが、初めての来院時に『次回、今お使いの歯ブラシをお持ちください』と皆さまにお声かけしています。

たかが歯ブラシ、されど歯ブラシ。

私たちはまず一番に口腔衛生指導に力を入れています。唾液検査や食事アンケートなど様々な問診、患者様とのお話しも大切にしてます。皆さまの毎日のお口のケアが、少しでも楽しく癒しになれば幸いです。定期的なメンテナンスと、セルフケアを充実させ継続していきましょう。（歯科医師 松尾）



私の歯の話



SKiP矯正担当衛生士の渡邊です。

ある日、仕事がお休みだった私は息子達と早目の夕食を食べていました。息子の大好きな手羽先を作りガブリ。

すると口の中で“ガリッ”と嫌な音が…「なんかザリザリする。軟骨かな？」

「歯が欠けたんじゃない？」と息子。

「そんなわけないじゃん」と私。

でも、口の中から出てきたのは、大きな歯の塊り😱
鏡をみたら、なんと犬歯の後の歯が根本から折れていました。

東山デンタルクリニックに電話をしてみました。残念ながら「本日の診療は終了しました」留守電でした。

もしかしてこの歯は抜かないといけなのかな？抜いたらインプラント？朝ご飯食べたならまた欠けないかな？などなど、1人で変な事ばかり考えていました。

翌朝、診療開始と同時に電話をして「歯がガッツリ折れたので、待ってもいいので診て下さい」とお願いして応急処置をしてもらいました。

笑うと歯が無いお間抜けな顔から、白い歯を入れ綺麗にして頂きました。担当ドクターとトリートメントコーディネーターと相談して自費治療をお願いしました。

マイクロスコープを見ながらの丁寧な処置、歯型採りもデジタルで負担の少ない治療でした。

そして出来上がった白くてピカピカ✨の被せ物。見た目がとても良くツルツルです。

詰め物、被せ物にもいろいろな種類があります。当院ではトリートメントコーディネーターが詳しくご説明しております。

ネットで何でも調べられる時代ですが、言葉で詳しく説明を受け、疑問に思った事もその場で解決してもらえるので、治療の際は事前に担当ドクターまたは担当衛生士にお声掛け下さい。（歯科衛生士 渡邊）



産休のお知らせ

こんにちは、歯科衛生士の武田です。私事で恐縮ですが、6月から産休に入らせていただくことになりました。皆様に支えられ本日まで勤務できましたことを、心より感謝申し上げます。復帰後、また皆様とお会いできることを楽しみにしております。（歯科衛生士 武田）





東山デンタルクリニックは開院13周年を迎えました！

5月24日、東山デンタルクリニックは開院13周年を迎えました。オープンスタッフとして入職して13年。もうそんなに経ったのかあ、と毎年同じ感想を1人呟きながら、当時をよく思い出しています。

特に子供達との関わりは私にとって忘れられない、温かい思い出のひとつです。小児棟も託児も無かった頃、子供達は受付でお絵描きやおままごとをしながら、ママやパパが終わるのを待っていました。

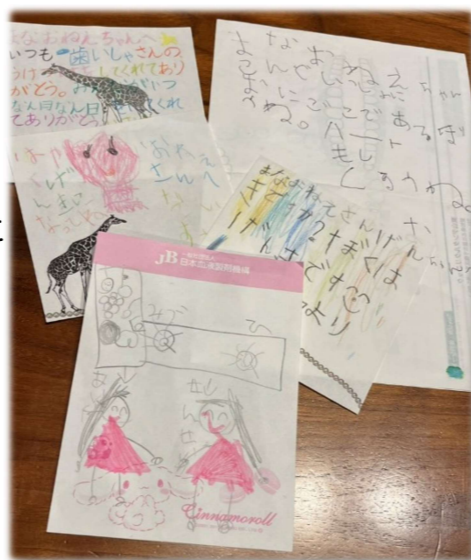
「お姉さんと一緒にお仕事するー!!」と言って、来院した患者さんの診察券を受け取り、元気よく挨拶して場を和ませてくれる子もいました。

高校生、大学生になった今でも定期的にメンテナンスに通い続けてくれて、変わらない笑顔で話してくれると、嬉しくてついニヤニヤしてしまいます笑。

毎回顔を見る度に、わあ～こんなに大きくなったのねえ♡と親戚気分で感動しています笑。

コロナ禍以降、マスクで表情が見えず患者さんとの距離の取り方が難しく感じる時もありましたが、定期的に長く通い続けてくれること、気さくに話しかけてもらえることが受付として何より嬉しく、こうしたコミュニケーションが仕事を続ける原動力にもなっています。

何年経っても初心を忘れず、マスクの下でニヤニヤしながら今日も仕事に励みたいと思います笑。(受付 田中)



6月 講座のご案内

いずれも10時スタートです、詳しくはスタッフまで

食育講座
ココロとカラダをととのえる
子どものメンタル食事で変わります！
おすすめお塩の小袋お土産付き！

からだにやさしい さしすせそ

食材には体のバランスを整えるもの、崩すものがあります。体を整えるものを知ることで、強い心と体が育ちます。不調が起こった時に原因や対処法が分かります。

今回は、料理の入り口「調味料」から整えていきたいと思えます。良い調味料は、それだけで料理の味が格段に美味しくなります。何を積み重ねるかで1年後、10年後、体は大きく変わります。

日時 6月19日(水) 10:00-11:30
内容 体を補う調味料の選び方・買い方・考え方
おすすめ調味料の比較テイスティング
料金 1ポイント(1500円)
ポイントのまとめ買いでお得に受講できます
定員 8名様(3名以上の参加で開催)
持ち物 水かお茶 [テイスティング有]、筆記用具

お料理上手になりたい方、料理で家族を健康にしたい方
ご参加、お待ちしております！

【講師】今野 裕子(いまのゆうこ)
ナチュラル料理教室タネネキッチン代表・栄養士・健康管理士一般指導員
自分の病気や子供のアレルギーを食事や自然のお手当てで治した経験を通して、自然治癒力を高める生活・食事の大切さを学ぶ。東洋医学、マクロバイオテックを取り入れ料理が苦手な人でも、簡単に美味しく栄養を摂れる方法をお伝えしています。本物の食材や調味料の選び方を学びながら健康的な食生活を提案します。

お申込みは公式LINEから

梅雨のむくみをスッキリ解消♪

私だけの薬膳茶をつくろう

ワークショップ スイーツ付き

テーマ むくみ対策

梅雨にこんなお悩みありませんか？
むくみ だるい 頭痛い

梅雨になると、足や顔がパンパン、体が重くて気力がわかない、頭痛でゆううつ…そんなあなたの不調を薬膳茶で改善しよう！
作ったブレンド茶はお持ち帰りOK♪

梅雨の薬膳スイーツ
やさしい甘みの緑豆(ゆめかぜ)ぜんざい

2024年6月27日(木) 10:00~11:30

定員 : 5名 持ち物: 筆記用具
受講料: 4,500円(3ポイント) お茶・スイーツ・各自ブレンドしたお茶のおみやげ付

2日前17:00までのキャンセルは無料、それ以降のキャンセル料は100%となります。材料の準備がごさいますので、ご理解のほどよろしくお願いたします。

講師 坂本慶子(さかもと けいこ)
国際中医薬師 国際薬膳調理師

産後の不調で悩み、漢方に助けられたことがきっかけで薬膳に出会い資格を取得。小さな不調を我慢して、頑張ってしまおう女性に中医学や薬膳の知識を伝えながらサポートする活動を行っている。

質問のボタンを回す、スタッフリレー 18

大坪さん から、⇒ 川瀬さん へ

Q: いつも院内を綺麗にお掃除して下さる川瀬さんのストレス解消法を教えてください

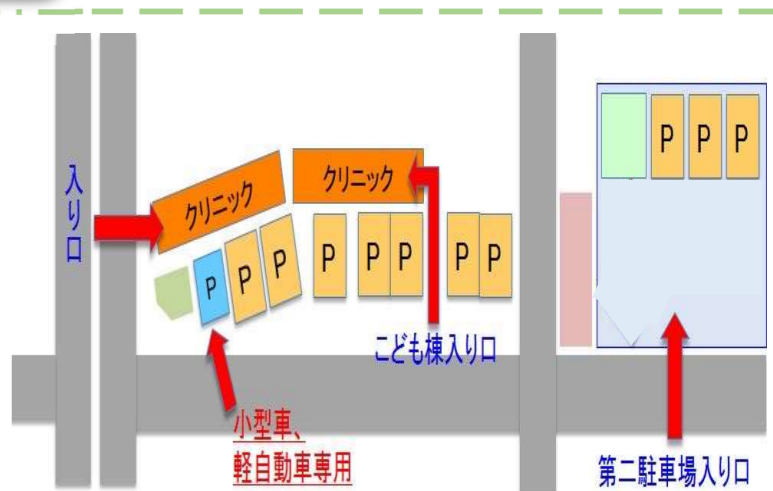
A: 友人とのおしゃべりとゆったりお茶タイムです

次回は、川瀬さん から、⇒ 澤田さん への質問

「休日は何をして過ごしていますか？」



当院アクセス、駐車場案内



診療時間8:30~12:30/14:00~17:30
▲土曜午後は13:30まで 休診: 日曜・祝日

〒464-0807 名古屋市千種区東山通5-89-1
地下鉄東山線『東山公園駅』徒歩3分
TEL 052-781-5520

