

2012年 A Happy New Year 1月号

しみデン伝



あけましておめでとうございます！！

新年あけましておめでとうございます♪

しみデンも開院して14年目を迎えます。そして予防歯科に取り組みはじめて10年になります。生活習慣病であるむし歯や歯周病は、定期的なメンテナンスによって予防し、健康なお口を維持していくことができます。そのことを来院していただいた皆様にお伝えし、理解していただいた結果、現在では毎月400名もの方々にメンテナンスにおいていただいております。本当にありがとうございます。

去年は、夏休みの歯医者体験「キッズニア in しみデン」や「クリスマス会」に多くのお子さんや親御さんにご参加いただき、歯や歯並びの大切さについてお伝えしました。スタッフみなでお口の健康について考え準備し、お子様の笑顔で私たちも勇気づけられました。

今年も多くの方々にメンテナンスの大切さをお伝えし、「むし歯や歯周病のない社会を実現する」という私の大きな夢に向かって、皆さんと一緒に少しずつ歩んでいきたいと思っております。

今年もスタッフ一同よろしくお願いたします。

院長 清水 裕之



歯みがきで感染予防

感染症予防の定番といえば「手洗い&うがい」。でもじつは「歯みがき」も感染症予防に効果がある！

歯みがきでインフルエンザの予防

日頃から口の中を清潔に保っていると、ウィルスによる感染のリスクを減らせます☆
歯みがきが不足し、歯周病になっていると破壊された粘膜からインフルエンザウィルスが侵入しやすいのです。口の中に溜まっているウィルスを取り除くことができれば発症を未然に防ぐことができます（^-^）

口の中は常在菌でいっぱい（x_x）：

感染症は、口の外から入ってくるインフルエンザや風邪のウィルスなどのほか常在菌によっても起こります。常在菌は私たちの口の中、鼻や腸、皮膚などにいて、口の中だけでも500~700種類もいます。歯についた『歯垢』は常在菌の塊で、楊枝でちょっと取った程度の1mgでも、なんと1000万個以上入っているのです！これは、糞便に含まれる常在菌の数とほぼ同じです…（驚）

普段、常在菌の中にいる善玉菌と悪玉菌が人間の免疫力とバランスを保っています。それが崩れたとき、悪玉菌が肺炎、心内膜炎、帯状疱疹などの感染症を引き起こすことがあるのです。むし歯や歯周病も感染症です*歯みがきでプラークコントロールを行なって常在菌と上手につき合い、からだの健康を維持していきましょう（^-^）♪

1カ月に1回はハブラシを交換しましょう！

ハブラシをずっと取り替えずに使うと毛の部分に細菌が繁殖し、とっても不衛生になってしまいます↓せっかくだとちゃんと歯を磨いていても、汚れたハブラシを使っているのはもったいないですね☆また、歯垢はバイオフィルムという悪玉菌が作る丈夫な膜のバリアに包まれています。ずっと使っていると毛先が広がって、いくらゴシゴシ磨いても歯垢を落とせなくなってしまいます。1カ月に1回を目安に交換すると良いですよ！
4か月分など、一気にハブラシをまとめ買いして家にストックするのがおすすめです♪
新しいハブラシで、新年を気持ち良く迎えませんか??（・ω・）

タフト#24

6本セット 630円

バラより30円お得☆



Tepe スーパーノバ

4本 1100円

バラより100円お得☆



しみデンスタッフ日記リレー

今回は、東口の歯科助手の岩瀬雅子^{いわせまさこ}さんです♪

いつも元気で明るく気配り上手★

今は専門学校の実習生として歯科衛生士の勉強中です！



明けましておめでとうございます！！

2012年 辰年☆彡

私、、、年女なんです(´▽`)笑

なので、年末ジャンボ挑戦しました！！結果はなんと、、、何も当たるコトなく終了でした↓↓(T_T)

まだまだ1年が始まったばかりなので、今後に大いに期待したいと思います！！笑

そして、去年の反省をしつつ、今年の目標を立てました。

私は今、仕事が終わった後夕方5時から日暮里にある夜間の歯科衛生士学校へ通っています。

3年生になる今年からは臨床実習という事で、しみデンで歯科衛生士としての勉強をさせていただきます。来年の4月に卒業し、国家試験に合格して、立派な歯科衛生士として、しみデンで働けるよう、来院していただいている方々のお力になれるよう、一生懸命勉強し、知識、技術共に身につけていきたいと思っています。そのために、先輩歯科衛生士の仕事を見学し、指導の下で実習を重ねて、つらいつらいレポートも頑張ります。ということで応援してくださいね(^o^)

皆さんもそれぞれ新年の目標など、沢山あると思います。

目標達成出来るよう、また1年頑張っていきましょう(^o^☆♪

スタッフみなでお口の健康のサポートをさせていただきます。

今年も皆様に会えるのを楽しみに、しみデンスタッフ全員でお待ちしています♪

(*^*)o▽*▽o(*^*)♪



1月の診療予定



	月	火	水	木	金	土
西口	清水 最上	清水 中西	佐藤 榎本	最上	最上	佐藤
	佐藤	佐藤	清水 最上	佐藤	清水	清水 榎本



診療インフォメーション



西口 矯正診療日

14日(土)、22日(日)

一般矯正 (Dr.清水佳子) 診療致します。

東口 口腔外科診療日

Dr.茂木口腔外科今月は休診です。



2012年もどうぞよろしく
お願い致します。

