

**年末増大号**

各地で初雪が降り、寒さも厳しくなってきた今日このごろですが、皆様はいかがお過ごしでしょうか？さらに、新型インフルエンザも衰えを見せず、流行が拡大する一方です。お体に注意し、免疫力を高めて生活しましょう。



**外観**



**メンテナンスルーム**

さて、当院は9月28日に大きく美しくリニューアルオープンし、2か月が過ぎました。

患者さんの待ち時間を短縮し、さらに急な患者さんにも対応出来るよう努力していきます。また、メンテナンス(定期管理)の方には、ゆったりとエステ感覚で気持ちよく通ってもらえたらと思います。



**待合室**



**オペルーム**

## ほんだ式口臭&ドライマウス外来オープン

### 宇都宮初第1号医院 息の無臭化治療「イイ息リフレッシュ！」

口臭治療の第一人者である本田俊一先生の講習会&ほんだ歯科見学の為、7月から計7回程大阪に行ってきました。

口臭の様々な原因や治療法を学び、院長及川、副院長三木、共に認定医を取得し、この度当院は、**ほんだ式口臭治療の提携クリニック**となりました。

最近では口臭を気にする方が増え、アンチエイジングの観点からも口腔内エステが注目されています。

お仕事やデート、お食事会といった大切な機会の前に、エチケットとして爽やかな息でいたいと望む方も増えています。

この機会に口臭チェックをしてみたいはいかがでしょうか？

その場で無臭化致します。人との会話に自信が持てます！

詳しくはホームページをご覧ください。(相談は無料です。)

### 口腔乾燥症とは？

口腔乾燥症とは**ドライマウス**とも呼ばれ、口の中が乾燥してしまう状態です。これは男性よりも女性に多く、唾液の分泌の低下によって引き起こされます。年齢と共に唾液の分泌量は減少しますが、最近では食生活の変化に伴い不十分な咀嚼回数、嗜好品の過剰摂取が原因で若い方にも多くみられる様になりました。また、糖尿病等の全身疾患、薬の副作用、ストレスでも口の中は乾燥します。

乾燥してしまうと・・・**食事の時にうまく飲み込めない(摂食嚥下障害)**、話がしにくい、**味覚が変わる、義歯が合わない、口臭の原因にもなります。**

口から入る細菌は唾液で浄化されるので、唾液が減少すると免疫力が低下し、**風邪、インフルエンザにもかかりやすくなります。**虫歯、**歯周病**にもかかりやすいです。

上記の事で悩んでいたら、一度ご相談下さい。

簡単な方法で唾液の量を測定します。結果を元に生活習慣のアドバイスをさせていただきます。(DH小池)

## パーフェクトペリオって何？

9月13日放送のTBS「夢の扉」  
で特集、紹介されました。



パーフェクトペリオ精製機

人間の体は、炎症が起これば白血球がその炎症の細菌（バイ菌）と戦って、炎症を抑えようとします。その中心が好中球の中のHCLOです。そのHCLOを利用し、高純度に活性化させた状態で虫歯菌や歯周病菌を溶菌する最先端の治療です。詳細は、待合室にDVD、パンフレット等がありますのでスタッフまでお願いします。

「風邪は万病のもと」と昔から言いますが、歯周病も万病のもとです。心臓疾患（心筋梗塞）、動脈硬化、脳血管疾患（脳梗塞）、肺炎、糖尿病、早産、低体重児など、様々な影響を与えます。当院でも、このHCLO精製機がありますので是非この療法をお試しください！！

## 院長が表彰されました

平成21年度宇都宮市公衆衛生事業功労市長表彰を受けました。この表彰は、多年にわたり本市における公衆衛生事業の発展のために、献身的な活動を続けその功績が認められました。



## <院長参加の勉強会、学会等> (8月末~11月末)

- 8/23 → 重心バランス、神経エネルギー  
回復療法セミナー
- 8/30  
9/17.20.27 } ほんだ式口臭治療研修  
10/29 }
- 10/18 → 床矯正治療と側方拡大の禁忌  
症
- 11/8 → 床矯正研究会 (定例会)
- 11/15 → HAインプラントの上顎応用
- 11/22 → 全身咬合学会



全身咬合学会in名古屋

## スタッフ

9月6日に秋葉原で行われた「モリタデンタルハイジニストフォーラム」に行ってきました。

歯科医師や歯科衛生士の5人の先生方の講演を聞きました。患者さんとのコミュニケーション・モチベーションの向上についてやインプラントのメンテナンス、衛生士の業務であるブラッシング指導・歯石除去について等とても勉強になることをたくさん学べてよかったです。それとともに自分の技術も向上できるようにがんばりたいと思いました。(DH矢口)

11月18日に「明日からすぐできる患者さんを定着させるコミュニケーション」の講習を受けてきました。

普段、診療中に患者さんから私達がどう見えているのか、また笑顔の種類等あまり気にした事がなかったのでとても勉強になりました。他にも本当に簡単な事ばかりで、タイトル通り明日から役立てられる講習でした。1人でも多くの患者さんに実践できるようにがんばりたいです。(DH田中)

## 医局旅行

9月24・25日で1泊2日の医局旅行に行ってきました。

1日目ディズニーシー、2日目ディズニーランドで朝から夜までゆっくり楽しむことができました。ディズニーシーでのお昼はミッキー達が席まで来てくれるというお店で、一緒に写真を撮ることができて大満足でした。アトラクションでは、絶叫乗れる子も乗れない子もいましたが、インディージョーンズにはみんなで乗って絶叫しました。受付のうしろに写真があるので、どうぞご覧になって下さい。

夜はディズニーランドホテルに泊まりましたが、ピーターパンの部屋で壁紙から何までかわいくて、是非また泊まりたいと思いました。とてもいい記念になりました。(各務)



ディズニーシー



ディズニーランド

## <ボーリング大会>

第4回ボーリング大会を行いました。今回は都合により先生は欠席でスタッフのみでしたが、楽しくゲームができました。優勝は佐藤さんで、ブタのかわいい加湿器をいただきました。他、院長より全員たくさんの賞品をいただきました。ありがとうございます。次もお願いします。(DH岡崎)

## 宇都宮マラソン体験記

11月15日、秋晴れの中宇都宮マラソン(10キロ女子の部)に参加してきました。

春からマラソンを始め、今回は10キロ1時間を目標に大会に挑みました。スタートして、順調に走れましたが、7キロ過ぎから足が重くなり歩きたいと何回も思いましたが何とかゴールまで走り切りました。結果は1時間51秒と1時間は切れませんでした。完走できたので自分の自信になりました。

(DH佐藤)

PS : Dr三木も10キロに参加しましたが、私の方が早かったです(笑)



佐藤さんの友人 Dr三木 DH佐藤  
DH金田さん

### <8020運動>

「8020運動」とは、80歳で20本以上の歯を残そうとする運動のことです。口は食べる、呼吸する、話す、笑うなど元気に自分らしく生活するための大切な機能を担っています。日頃のお口のケアを十分行うことで、生活が楽しいものになると思います。

昨年は石崎ツイさんが表彰され、大変喜んで頂きました。今年も何名か対象の方がいらっしゃいますので、是非推薦させて下さい。

もちろん、80歳に満たない方も定期的に検診に来て頂き、健康な歯を保っていきましょう。歯が多く残っている方のほうが、病気にかかりにくく医療費も削減できるし、寿命も長くなるそうです。歯を残して長生きして下さい(仲田)

次回予告:床矯正と目立たない入れ歯について特集します。  
お楽しみに

ホームページ: <http://www.oikawa-shika.jp>  
メールアドレス: [info@oikawa-shika.jp](mailto:info@oikawa-shika.jp)