



## おいかわ歯科医院 院内新聞第 13 号

天気の変わりやすい日が続いていますが、みなさんいかがお過ごしですか？

夏バテ、熱中症などには十分気をつけて下さい。

学生のみなさん！！夏休み中かと思います。この機会を利用してぜひ歯科検診はいかがですか？

### 8月1日よりレントゲン装置を デジタル化しました。

- 放射線量が今までの約3分の1
- 現像時間が短縮され、すぐに見ることができます。
- 大画面で、患者さんに分かり易く説明出来るようになりました。
- 現像液、定着液の廃液の処理が不要な環境に優しいシステムです。



### 歯の健康教室が行われました！！

6月22日(水)学校授業参観の日に、小学3年生を対象とした歯の健康教室を行いました。宇都宮市立上戸祭小学校医のひとりである院長の講義・DVD・〇×クイズと、歯科衛生士によるブラッシング指導が行われ、児童は熱心に取り組んでいました。

上戸タイムには院長による保護者対象の質疑応答も行われました。「以前矯正は、永久歯が生えそってから行っていたが、最近はなるべく歯を抜かずに済むよう子供の成長、発達を利用し早めに行うようになってきている」「生えたての永久歯が黄色く見えるのは、エナメル質が透明気味なので象牙質が透けて見えるためである」などの話をしました。

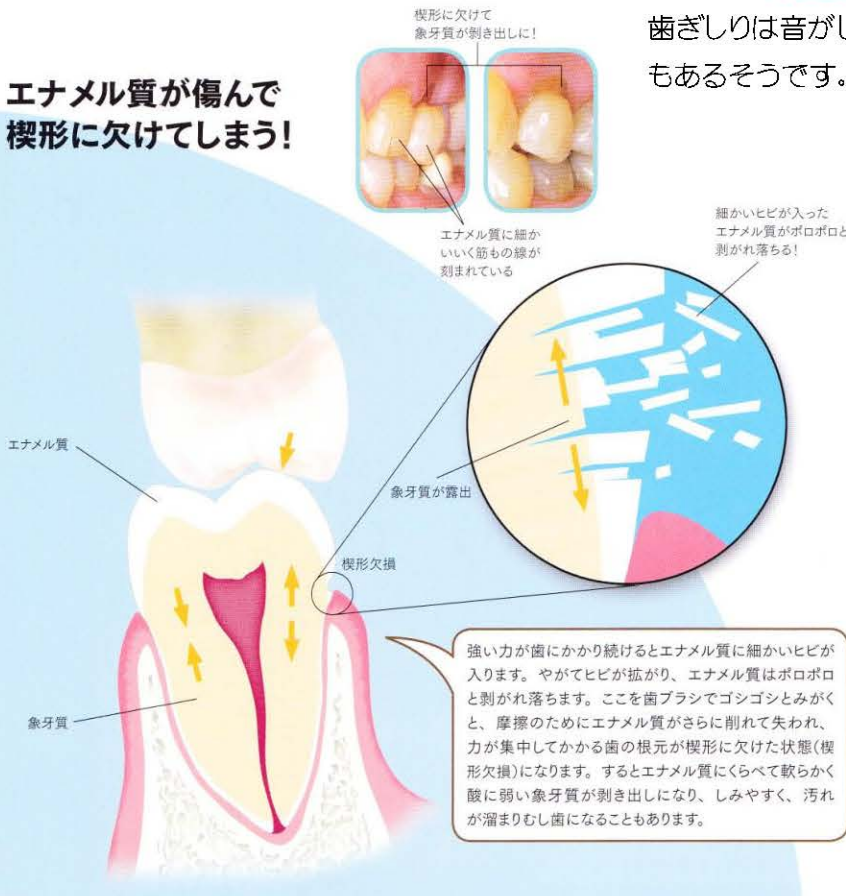
また、食べてもむし歯にならないどころか予防にもなるキシリトール100%のチョコレートも紹介させて頂きました。楽しくためになる2時間でした。皆さんも次のページの〇×クイズをやってみましょう。

# 特集 歯ぎしり、それが問題です！！

無意識に行われている歯ぎしり・くいしばり。ストレスの発散に必要なものなのですが歯にとってはたいへんな脅威です。そこで、どんなことが起こりがちなのか、患者さん＆歯科医師泣かせの代表的なケースをあげてみましょう。

歯と歯肉の間のへりは、まさしくこのため。これで見ると患者さんもたくさんいらっしゃいます。**要注意！！**  
歯ぎしりは音がしないケースもあるそうです。

## エナメル質が傷んで楔形に欠けてしまう！



保険治療でマウスピースが作れます  
詳しくはスタッフまで！

## レッツトライ！ ○×クイズ



- ① むし歯とは、むし歯菌が糖分(さとう)を栄養にして歯を溶かしてしまう病気である。( )
- ② むし歯の原因は「歯のかたさ」「むし歯菌」「食べ物」「時間」の4つが関係する。( )
- ③ むし歯になりやすいのは「歯と歯の間」「奥歯のみぞ」「歯と歯肉のさかい目」である。( )
- ④ 歯の表面についたねばねばは、うがいをして口をゆすげばとれる。( )
- ⑤ むし歯予防には、フッ素の入った歯磨き粉、うがい薬を使用するとよい。( )
- ⑥ ジュースやおやつは、少しずつ長い時間かけてだらだら食べるのがよい。( )
- ⑦ 寝ている時は、むし歯菌も寝ているのでむし歯になりにくい。( )
- ⑧ よく咬んで食べると、だ液がたくさん出てむし歯になりにくい。( )
- ⑨ 子供は歯ぐきの病気にならない。( )
- ⑩ はえて来たばかりの歯は、むし歯になりにやすい。( ) ※答えは最後のページにあります。





# ～スタッフ便り～



## エアフロー (EMS) の講習会に参加して

先日、エアフロー (EMS) の講習会に参加しました。エアフローというのは粒子の細かいパウダーを噴射して着色を落とすものなのですが、この講習会では「ペリオ」というパウダーについて実習も兼ねて勉強しました。このパウダーはグリシン(アミノ酸の一種、コラーゲンなどに多く含まれている成分、甘味があり、食品添加物として広く用いられている)が含まれていて、歯肉付近の歯面やインプラント周辺の清掃に適しています。そして、抗炎症作用があり、バイオフィーム(細菌の塊)も落としてくれます。**インプラントをされている方や、歯肉炎、歯周病が気になる方にぜひオススメ**です。

詳しくはスタッフまでお声かけ下さい。(矢口)



EMS社とは精密機械で有名なスイス生まれの装置で、たいへんすぐれ物です。



## 新人研修会に参加して

今回「不安」を「安心」に変える対応を身につけようという題で、普段の診療ですぐに生かせる患者さんとの対応についての講習を受けました。話を聞いているだけでなく隣の人と聞いたことを実践して自ら感じる事が出来ました。

まずは、第一印象についてで、相手との距離、位置、アイコンタクトによって相手に与える印象が全然変わることになりました。また、声・心の表情から顔の表情は変わってくるので、その逆でも同じことが言えると分かり、表情一つで相手も自分も良い気持ち、悪い気持ちになってくるので気をつけていきたいです。笑顔トレーニングというものがあり「**ハッピー**」「**ラッキー**」「**ダイスキ**」と言うと自然に口角が上がり笑顔になれるので、やっていきたいと思いました。ぜひ皆さんもやってみて下さい。

これからは、自分の中で目標をもって気付いたらどんどん行動に移して患者さんに安心を与えられるように頑張っていきたいです。(助川)

## 患者さんの本音を聞き出すセミナーに参加して

6月19日にスタッフ4人でオーラルケア主催のセミナーに参加してきました。

今回のセミナーでコミュニケーションの基本は「聞く」ではなく「**聴く**」ということ、「**聴くは心から**」相手の気持ちになり矢印を向けることを学びました。また、空間はそこにいる人が創り出すものなので、何気ないしぐさや行動で相手に不愉快な思いをさせないように気をつけていこうと思いました。

とても多くのことを学べる貴重な機会となりました。これからの生活で実践していこうと思います。(受付)

## 日本顎咬合学会に参加して

6月11・12日に毎年恒例の東京国際フォーラムで行われる日本顎咬合学会にDr.とスタッフ全員で参加しました。会場では同時に20ぐらいの講演が行われており、各自興味のある先生の講演を聞き、色々な知識を得ることが出来ました。これからの治療に少しでも役立てていきたいと思っています。

夜は歌舞伎町にある「ザ・ロックアップ」というお店に行き、モンスター・



囚人・美ニスカポリス・看守長に待ち構えられ、途中で囚人に襲われたり、とても恐ろしくて食事どころではなかったよぉー(田中)



きゃ～、やめてくーだーさーいー(TAT;)

## ボーリング大会

6月16日に先生とスタッフ全員で第4回ボーリング大会を行いました。過去優勝者と男の先生にハンデをつけて3ゲームのトータルで戦い上位3名はトロフィーや賞品をゲットしました。ダントツ1位助川さん、2位三木先生と3位西村さんは近差の戦いでした。久しぶりのボーリングですごく楽しかったです。何人かは、次の日腕が筋肉痛になってしまいました。第5回大会では、上位入賞するよう練習しちやおうかな。へへへ.....(法師人)



## ラーメンの会

毎月1回スタッフ同士でラーメン屋さん巡りをしています。6月は『鳴門』7月は『もちもちの木』8月は『竹風』に行ってきました。今回はその中で一番印象的だった竹風についてご紹介します。

私はラーメンと言えば味噌派で、他のラーメンはあまり食べません。竹風は塩ラーメンが売りのお店で、塩ラーメンだけで4種類あり、他は油ラーメン、つけめんなどがありました。

塩ラーメンはサッパリのイメージが強かったのですが、ここの塩ラーメンは意外とこってりでした。

本格白湯スープでコクがあり、コラーゲンたっぷりだそうで女性にもオススメです。

店内も和風で落ち着いた空間となっていてオシャレでした。

食後のデザート杏仁豆腐も美味しかったですよ！

年末には、本年行ったラーメン屋順位を発表したいと思います(小池)

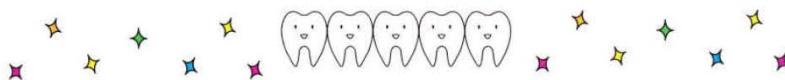


## 退職者挨拶

歯科衛生士になり、4年3ヵ月間おいかわ歯科医院でお世話になりましたが、7月で結婚退職となりました。

恵まれた環境で、たくさんの患者さんと出会う事ができ、毎日楽しく仕事が出来ました。ありがとうございました。(岡崎)

(ボーリング写真、向かって右前)



## 院長参加の講習会・学会(H23年5月~H23年7月)

- 5/9 歯の健康教室(校医、衛生士)勉強会
- 5/15 奥羽大歯学部教授清野先生の講演会
- 5/22 床矯正研究会(鈴木先生)岡山大教授の話
- 6/1 臨床矯正研究会(各務先生と勉強会)
- 6/2 EMS・ペリオ講習会(竹内先生)
- 6/11, 12 日本顎咬合学会(東京国際フォーラム)
- 7/2, 3 インプラント学会(トラブルリカラバリー、他)
- 7/6・8/3 3D矯正勉強会
- 7/9, 10 日本口臭学会(in 京都)
- 7/20 国立症例会(3D、C、T)について

## 京都の口臭学会懇親会会場にて



『舞子』と『芸子』どう異う？  
舞子が成長して芸子出来るようになり芸子と呼ばれるようになるそうです。知ってた??



院長は休日返上で最新技術習得、レベルアップしております。

ハミガキろっく知ってる...?  
見たい・聞きたいお友達は受付のお姉さんに言ってね。



クイズの答え ①○ ②○ ③○ ④× ⑤○ ⑥× ⑦× ⑧○ ⑨× ⑩○