

### お勉強会！【水勉ど〜でしょ〜！】

当院では毎週水曜日の午後の時間を使って、勉強会をしています。何の勉強をしているかという、基本的な歯科の知識から始まって、今では難しい知識まで勉強をしています。時にはテストをして、勉強した内容を確認したり、実習をしていつも使わないような材料の使用方法を確認したり、内容は盛りたくさんです。スタッフからは時々嫌な顔をされますが、そんなことではめげません！

勉強会をするようになってからは、スタッフも色々なことを覚え、医療人としての自覚が芽生えてように思えます。そんな時は「やってよかったな〜！」と思います！ネタを作ったり、考えたりするのは大変ですが、私自身の知識の再確認が出来たりすることも多いのです。

勉強は一生やらなくてはならないものだと思いますが、実は学生時代は大の勉強嫌いでした！先日学生時代の友人と食事をした際に言われた言葉が、あんなに勉強嫌いの阿久澤が、なんでこんなに勉強するの？と言われました！

自分自身学生時代のような勉強という感覚ではなく、あたらしい知識を楽しんで学んでいる！という感覚です。

まだまだ勉強不足！これからも皆様の健康維持向上につながるように知識向上に努めていきたいと思えます！

院長阿久澤

毎日真夏日の様な暑さが続いておりますが、皆さま体調を崩されていませんか？

舌には舌苔(ぜったい)といって舌の表面に付着する白い汚れがあります。舌苔は食べかすや粘膜のカスが付着したのですが、舌苔がつく原因は様々です。ストレスや免疫力が低下したり、消化器系の疾患により起こりやすいと言われておりますが、健康な方でも舌苔はついてまいります。

そこで舌苔の除去におすすめなのが舌ブラシです。ハブラシでももちろんケアは出来ますが、舌ブラシは軟らかく舌を傷つけずにケアが可能です。

舌ブラシも色々な種類があります。サンプルを今試していますのでもうすぐ皆様にご紹介出来ると思います。舌苔が気になる。という方はスタッフにお気軽にお声かけください。

歯科衛生士 石塚

皆さま、日々の歯磨きでしっかり口腔ケアできていますか？

プラークコントロールという言葉もありますね。私はハブラシしか使っていなかったのですが、矯正を機に、歯間ブラシ、ワンタフトを使うようになりました。今では、フロスを使い、最後に洗口剤でケアしています(#^.^#)

歯と歯の間で虫歯ができやすい方は、是非、歯間ブラシやフロスを使ってみてください。

当院では、その方に合ったサイズの歯間ブラシを、衛生士がお勧めしていますし、フロスはワックス付きで滑りが良く、マイクロファイバーである為、歯間の汚れをしっかり取ることが出来ます☆ 最近では、唾液検査も導入し、一人一人の口腔内の状態を把握できるようにもなりました。

その方に合った歯磨き粉、ハブラシを処方します！使用方法や不明な点がございましたら、スタッフまでお気軽にお声かけ下さい(^)/



歯科助手 嶋

## 6月のお知らせ

木・日・祝日は休診日です。

毎週水曜日の午後の診療は 15:30~となります。

無断キャンセルや遅刻が多い方にはご予約をお断りする場合がございます。

また、駐車券は保険診療の方は最大1時間までのお渡しとなります。

ご理解とご協力の程お願い致します。

