



歯びねす通心

2015年2月号

しんデンタルクリニック TEL.052-551-2221

名古屋市西区幅下1-13-18

しんデンタル

検索

- p.1 ご挨拶とお知らせ
- p.2 Blog より～私たちの活動～
- p.3 LINE@ お友だち募集中！
- p.4 患者さんの声
- p.5 食べることから健康になろう
- p.6 スタッフコラム



しんデンタルクリニック院長の
舟橋伸也です。
いつもありがとうございます！

とって私事ですが（いつもそうかもしれませんがね…笑）、実は今年**41歳**になります。世間一般でいうところの**厄年（本厄）**です。

そんなことはまったく気にしないと思ってここまで生きてきましたが、今回はそう楽観視するのではなく、**気をつけておこう**と思っています。

と言いますのも、**1月1日の夜にインフルエンザ**にかかりました…

年末年始の長期休暇に体調を崩すことはほとんど恒例行事のようなものなので、家族もそう驚かないものの、**インフルエンザともなれば話は別**。

案の定、まずはプリンセスにうつり、お正月ということが災いして母と姉、そして姪にも感染…

インフルエンザと厄年には何も関連性はないと僕は思っていますが、1年の計は元旦にありということで、**家族全員から厄払いを勧められました**。

家族中に迷惑をかけることになってしまい、今回は言うことを聞いたほうが良いなと思ひまして、**熱田神宮へ厄払いに行ってきました！**

元旦に厄を受けましたし、厄払いもしたので、もう安心・・・と言いたところですが、**今年は大きなケガや病気などに気をつけます**。

僕の役目は『**患者さんを健康に、そして元気にすること**』ですから、自分のケガや病気でご迷惑をおかけすることはできませんので。

気にし過ぎるつもりはありませんが、**注意するに越したことはない**と思っています。

1年中で一番寒い2月ですから、みなさんも体調を崩さないように気をつけてお過ごしください♪

「このメールサービス、めっちゃいいですね👍👍」

と評判の予約確認システムに登録しませんか？



予約日の前日に、あなたの携帯電話に予約確認メールが届きます！

「予約のうっかり忘れ防止」や「予約の時間確認」に、

メールアドレスをご登録ください！

～ご登録いただいている患者さんのから寄せられたコメント～

「今日実は予約を忘れてても、メールが届いて思い出して、
予約通り来れました👍」

このメールサービス、めっちゃいいですね👍👍」



予約確認メール用
QRコード

第4回 チャレンジ歯科室 を開催しました！

(2014年12月28日 当院のブログより)

今日は第4回目のチャレンジ歯科室でした🌟



今回は5人のお友達に参加してくれました🎵🎵



楽しく体験してもらえました🌟🌟



次回は春休みに計画しています！楽しみにしてください♪


しんデンタルクリニックの LINE@ お友だち募集中！

当院では、人気のアプリ『LINE』を通じて、
メールマガジンを配信しています。

- ・スタッフの**楽しいコラム**
- ・**歯とお口の健康を守る** マメ知識
- ・**歯とお口の健康Q & A**
- ・**美味しく食事を楽しむ** マメ知識と**レシピ**
- ・**美容と健康**に役立つマメ知識と**エクササイズ**
- ・**季節の雑学**
- ・当院の**診療予定**

など、『**あなたの健康で豊かな生活に役立つ情報**』
をテーマに毎週1回、情報を配信しています。


例えば・・・




**歯ブラシのかたさは
どれが良い？
～歯をみがこう！～**



**しんデンタルクリニック
からのお知らせ
～当院のブログより～**



**思春期のデンタルケア
～世代別デンタルケアの
お話～**



**変身！おせち料理♪
～食べることから健康に
アイデアレシピ！～**

このような情報を配信してきました。

これからも週1回情報を配信していきますので、
まだお友だち登録をしていらっしゃる方は、
ぜひお友だち登録をしてくださいね～♪

<お友だち登録方法>



LINEで友だち追加

☆ **QRコード** で友だち追加

LINEを起動し、メニューの「友だち追加」で
「QRコード」を選択。

右の**QRコード**を読み取る。



☆ **ID検索** で友だち追加

LINEを起動し、メニューの「友だち追加」で
「ID検索」を選択。

「**@sindental**」と入力して検索する。

ブログもよろしくお願ひします♪



しんデンタルクリニックのブログ

<http://blog.sindental.net/>

<ブログのアクセス方法>

当院のホームページより
アクセスしてください！



(PCサイト)

トップページの左
メニュー一覧より

(スマホサイト)

ページ最下部
スタッフブログより

QRコード→

からのアクセスも可能です。



より良い歯科医院を目指して

患者さんの声をお寄せいただきました！

しんデンタルクリニックでは、ご来院いただいた患者さんに、**より良い歯科医院づくりのためのアンケート**をお願いしています。

たくさんの患者さんにご協力いただき、本当にありがとうございます。

お寄せいただいたアンケートの一部を紹介させていただきます。

また、**入口の掲示板**を利用して、お寄せいただきました**患者さんの声を掲示しています**ので、ご覧になってみてください。

引き続き、ご協力よろしくお願い致します。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

お利にも歯の痛さに突然のお邪魔だったのですがスタッフ
さんの温い対応で安心する事が出来ました。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

自然の笑顔が素敵で(受付の待ち時間の共有も丁寧でした)。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

ていねいな対応で、いつも気分良く
感じています。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

笑顔での対応がとても良かった。

1. 今回の診療、歯科医師やスタッフの対応について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) 説明が分かりやすかった。スタッフの挨拶が気持ち良かった。など

スタッフの方の挨拶が気持ち良かった。
声かけや笑顔がうれしかった。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

予約変更のための電話をした時に希望時間を
聞いて下さり早目に予約も入れてもらえ良かった。
一ツツ丁寧にご教えて頂き自分も
頑張ろうって気持ちになりました。
ありがとうございます。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

いつも丁寧な言葉遣いで、お礼も目を見て
対応してくださるので大変気持ちが良い。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

早く診てもらって早く安心出来
～フリーコメント欄～
お気づきの点など、何なりと遠慮なく教えてください。

これから、今まで通り身近な町の
歯医者さんが増えて下さい。

1. 受付での対応（電話、来院時の受付、お会計、次回ご予約など）について
☆良いと感じたこと、気持ちよかったことはありますか？

例) きちんと用件を理解してもらえた。挨拶が気持ち良かった。など

満足しています。

☆不満に思ったこと、改善してほしいことはありますか？

例) 言葉遣いが気になった。空き時間の説明が不明瞭だった。など

出来れば院長先生にお願ひしたいのですが、
何の説明もなく違う先生が来ると、断行せられて
こまります。予約時に確認して頂けると助かります。

ご指摘ありがとうございます。

これからは、次回担当の先生
が変わりそうなときには、
受付でひと声かけさせていただ
きますね。



医食同源！食べることから健康になろう！
噛むことが健康に与える影響とは！？

2月3日は『節分』。恒例の『豆まき』をされる方もたくさんいらっしゃると思います。

そして、豆まきの後には『年の数だけ豆を食べる』という方も多いと思いますが、**しっかり豆を食べることはできていますか？**

豆のような固い食べ物をよく噛んで食べることは、身体にも良いこととされています。

● 噛むことが健康に与える良い影響とは？

よく噛むことは、食べ物の消化を助けたり、脳を刺激して発達を促したり、病気の予防をしたり、**さまざまな良い効果があります。**

そんな噛むことのメリットを端的に表した標語が、「**卑弥呼の歯がいーぜ！**」(ヒミコノハガイーゼ)。一度は聞いたことがある標語かも知れません。

ヒ：肥満防止

ゆっくりよく噛んで食べることが食べ過ぎを防ぎ、肥満防止になります。

ミ：味覚の発達

食べ物の形や固さを感じることができるので、味がよくわかるなど味覚が発達します。

コ：表情や言葉の発達

口の周りの筋肉をよく使うことがあごの発達を助け、表情の豊かさや発音の明瞭さにつながります。

ノ：脳の発達

脳に流れる血液の量が増えるので、子どもは脳が発達し、大人は物忘れを予防することができます。

ハ：歯の病気予防

噛むことで唾液がたくさん出て、食べカスなどを

洗い流し、むし歯や歯周病の予防につながります。

ガ：ガンの予防

唾液に含まれる酵素が、食品の発ガン性を抑えるためガン予防にも効果があると考えられています。

イー：胃腸の調子を整える

よく噛むことで消化を助け、食べ過ぎを防ぎます。また胃腸の働きを活発にします。

ゼ：全力投球

しっかり食べることで身体が元気になり、仕事や遊びに集中できます。

豆のような固い食べ物を不自由なく食べるためには、『20本以上の歯が必要』とされています。

きちんと食べられるお口と歯の状態を整えて、よく噛んで食べることを心がけましょう！

《噛む回数が自然と増えるレシピ》

ごぼうとれんこんの カリカリ甘味噌がらめ



- <材料(4人分)> (A)
- | | |
|-------------|-------------|
| ・ごぼう 100g | ・酒 大さじ1 |
| ・れんこん 100g | ・味噌 大さじ1.5 |
| ・片栗粉 適量 | ・みりん 大さじ1 |
| ・揚げ油 適量 | ・豆板醤 小さじ1/4 |
| ・白すりごま 大さじ1 | ・醤油 小さじ1 |

<作り方>

1. ごぼうは太ければ太さを半分にして、5cm長さに切り、れんこんは厚めの拍子木に切る。
2. 1に片栗粉をまぶして油でカリッとするまで揚げたら、Aを鍋であたためた中で絡め、仕上げにすりごまをふる。

『もしも生まれ変わったら・・・』



武川 加歩

もし生まれ変わったら…
なにも思い浮かびません 笑

ですが！
生まれ変わるとしたら
人間以外がいいです(^_^；
人間は色々経験できたので
出来れば**違うことを**
体験してみたいですね♪
あ、でも虫は嫌いなので
虫は絶対いやです！



敦賀 吉美

もしも生まれ変わったら。。。
生まれ変わったらというより、
もう一度自分のまま、
人生の節目や分かれ道で、
今と違った選択をしていたら
どうなっていたかな？？
っていう方が
想像が膨らみます(o´▽`o)笑

もしもう一度ふりだしに戻っても、
歯科の仕事に携わりたいですね🎵
歯科医師？衛生士？助手？
選択肢はたくさんありますが、
きっと歯科の仕事を選ぶだろう
と思います✨

退職のごあいさつ

アシスタントの浅田です。
実は・・・結婚することになり、
しんデンタルクリニックを
退職することになりました。
約2年間勤務し、**たくさんの思い出**ができました。
患者さんとのお話が楽しかったこと、
うまくいかなくてつらかったこと、
良いことも悪いこともたくさんありましたが、
全てが良い思い出です。
この経験を糧に、これからも
がんばっていきたいと思います。
皆さんもお元気で。



浅田 純里



杉浦 瑞恵

もし生まれ変わったら…
大好きな EXILE の
MAKIDAI と結婚したい
ですっ😄
もちろん **MAKIDAI は**
今の MAKIDAI のままです！(笑)
家族やスタッフに話したら、
『う、うん…』と
苦笑いされましたが…
でも、**可愛い息子と**
旦那さんがいる今も
毎日楽しく過ごしているので、
今のままだもいいかなあ…
って思います😄