



歯びねす通心

2018年6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 私たちのオススメ♡

p.3 私たちの活動～blogより～

p.4 スタッフコラム



こんにちは！院長の舟橋です。
いつもありがとうございます。

6月4日は『むし歯予防デー』、6月4日～10日は『歯の衛生週間』です。

毎年、テレビや雑誌でも特集が組まれますので、この時期は何かと歯やお口のことに関心を持つことが多いことと思います。

歯の衛生週間の歴史は意外に長く、戦後間もない1958年から実施されています。

6月(む)4日(し)という語呂にちなんで、この日が決められたそうです。

毎日の歯みがきには基本的なやり方がありますが、やはり人それぞれのリスクや特徴に合わせたみがき方を実践するほうがより効果的にトラブルを防ぐことができます。

また、毎日の歯みがきだけで落とせる汚れには限界があります。これは、私たち歯の専門家である歯科医師や歯

科衛生士でも同じことで、歯みがきだけで100%汚れを落とすことはできません。ですから、定期的に歯科医院でのクリーニングを受ける必要があります。

一年に一度は身体の健康状態を確認するために『健康診断』を受けるように、定期的に『歯とお口の健康診断』を受けてご自身の状態を確認して欲しいと思います。

【お知らせ】

当院では、このたび医院改装工事を行うことになりました。

以前よりご予約が取りづらい状況などが続いており大変心苦しく思っておりましたが、その状況を解消するべく、現在の駐車場部分に診療室を増設致します。

このような増設工事を行うことができますのも、ご来院いただく患者さんおひとりおひとりのご支援があつてのことと心より感謝申し上げますと共に、工事期間中は診療チェア数の関係でご予約が取りづらいケースも考えられ、工事完了までしばらくの間、皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。

インターネット予約ご存知ですか??

インターネットでの

予約の受付

予約の確認・変更がネットでできます！

【メールアドレスの登録が必要です】

予約確認メールサービスと共にご活用ください (*^_^*)





スタッフのおすすめ♪『レシピ』



歯科衛生士の杉浦です。

わたしのおすすめのレシピは

『ゴマとチーズのパン』です。

『パン』ときくと、一次発酵とか二次発酵とか、いろいろめんどくさいイメージがありますが、このレシピは材料をタッパーのなかで混ぜて、冷蔵庫で8時間以上寝かせるだけなんです。

料理が苦手なわたしでも作れるので、ぜひ作ってみてください

(◡>◡<◡)。♡

【材料】1個分

- | | | |
|-------------|-----|--------------------------------|
| ・強力粉 180g | } A | ・とろけるチーズ お好みの量 |
| ・塩 2g | | ・密閉容器(容量 800mlくらい
のタッパー) 1個 |
| ・ドライイースト 2g | | ・クッキングシート |
| ・黒ゴマ 大さじ1 | | ・作業台(まな板でOK) |
| ・水 150g | | |

【作り方】

①タッパーにAを計量しながら入れ、スプーンで簡単に混ぜる

②水 150gを①のタッパーに

8割くらい入れて、
全体をスプーンで
ぐるぐると混ぜる



③粉っぽいところめがけて

残りの水を入れ、
生地が均一に
なるように1分くらい
スプーンで混ぜる



④表面をスプーンで平らにして、タッパーのふたを閉め、
冷蔵庫で8時間くらい寝かせる

⑤生地が1.5~2倍くらいに膨らんだらOKです

⑥タッパーのふたを開け、強力粉(分量外)を生地にふりかける
生地を潰さないように注意して、容器の4面すべての壁を
さわるような感じでゴムベラ(なければフォークやナイフ)で
生地を容器からはがしていく

⑦作業台にクッキングシートをひき、その上にタッパーを逆さまに
して生地がシートに落ちてくるのを待つ

⑧落ちた生地の両端を真ん中に折り込み、三つ折りにして、
生地の上にお好みの量のとろけるチーズをのせる
生地を長く置いておくとシートにくっついてしまうので、すぐに
三つ折りにする

⑨生地を焼く

《オーブンの場合》

生地をシートごと天板に乗せて、200℃に予熱したオーブンで
20分焼く

《オーブントースターの場合》

生地をシートごと天板に乗せて、予熱なし、1200Wで15分
(900Wなら20分)焼く



こんにちは歯科医師の岡本です。

GWの連休に奈良県の吉野へ観光にいきました。

奈良県出身の僕ですが地元は奈良の北部ですから、南部の吉野には実は行ったことありませんでした。

吉野地域は奈良の秘境と言われるくらいかなり山奥なのです。

実際に行ってみると、想像以上に整備されていて、文化財のみならずオシャレなカフェなどが並んでいてとても散策しやすい観光地となっていました。

金峯山寺、後醍醐天皇の墓がある如意輪寺や、吉野朝

廷時代の玉座がある吉水神社と歴史的にも価値があるものも見れてとても楽しめました。

ちなみに後醍醐天皇のお墓は京都の方角を向いていました。室町幕府を倒せなかった悔しさが伝わってきます。カフェは吉野葛を売りにしている店が多くとても美味しかったです。

吉野は歴史に興味ある人も無い人も楽しめる観光地でした。

みなさんももし奈良へ行く機会があれば是非(^)



ブログで配信中♪ 衛生士のワンポイントコラム！

毎月3回0（ゼロ）のつく日に更新しています♪



噛み合わせ ①

📅 2015/06/10 🕒 2015/06/12

今回は噛み合わせについて
お話しします！

良い噛み合わせとは
左右上下の歯が均等に噛んで
噛む筋肉や顎の関節に負担のかからない
噛み合わせのことです。

噛み合わせは年齢と共に変化します。

歯がすり減ったり
噛む筋力が弱くなったり
顎の関節が変化したり
歳をとれば自然に変わってきます(*´▽`*)

しかし、悪い噛み合わせは
この自然な変化ではなく
もともと歯並びが悪い方や
歯を失うなどの急激な変化によって
噛むバランスを崩してしまうことです(´_ゝ´)

噛み合わせが悪いと
色々な悪影響が
口の中だけでなく
全身に出ると言われています(°_°)

《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)

メニュー一覧右側“スタッフブログ”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



歯科衛生士さんを募集しています！

当院では、**歯科衛生士の資格をお持ちのスタッフを募集中**です。

常勤の歯科衛生士さん、週1日以上勤務可能なパートさんからのご応募を受け付けております。

求人情報の詳細は当院のホームページに掲載しております



お知り合いに歯科衛生士の資格をお持ちの方がいらっしゃいましたら
当院の求人情報をご案内いただけましたら幸いです。

『 今一番やりたいこと 』



佐々木 吉美

朝寝坊したいです笑
朝食の準備片付け、犬の散歩、仕事に行く準備。。。朝はバタバタします(。_。)
一人暮らしの時は、休みの日はゆっくりのんびりできましたが、主婦になると朝寝坊できなくなりました(。_。)zzz
たまにはゆっくり朝寝坊したいですね(・▽・)



杉屋 佳奈

私はクラシックバレエを習いたいです！
高校生の頃から習いたと思っていたのですがつい最近Kバレエカンパニーの宮尾俊太郎さんの舞台を見てからもっとやってみたいと思うようになりました。少し前にもテレビで東京バレエ団の上野水香さんの舞台を見たので今1番熱いです(,,ω,,)



橋本 真友

私の今一番やりたいことは…
子育てを休憩して、時間を忘れて友達と喋ったり、寝たり、好きな映画やお芝居を見たり、買い物をしたり、飲みに行ったり…
でもやっぱり子供とどこかへ出かけて思いっきり笑って遊びたいです。



木全 比呂子

いま一番したいことは、海外旅行です！
グアム、ハワイ、オーストラリアのガイドブックを買いました、、、
でも息子が嫌がるので実現しそうにありません(/_:/)



川野 花梨

今一番やりたいことは服をたくさん買うことです。
貯金をしているのでたくさんお金を貯めたい反面、ファッションにも気を使いたいのですが、なかなかバランスが取れません。
。ちよつとずちよつとずつやりくりしていこうかなと思います。



杉浦 瑞恵

今いちばんやりたいことは…
1日でもいいので何もせずにゆっくりのんびり過ごして、落ち着いてごはんを食べたいですσ(^_^;)
5歳と1歳の息子がいると毎日バタバタで、ゆっくりと食事をする事もないので…笑笑
ただ、実際に1日中1人で過ごすと、きつと淋しくなると思うのですが…笑笑



小暮 華奈

私が今1番やりたいことは、3日間ぐらいい休みをとって、ベッドでごろごろしたり、好きなものを好きな時間に食べて、すいてる時間帯に買い物に行って、好きな時間に寝て、自分の好きなように過ごしたいです。
朝昼晩のご飯のしたくや、洗濯や掃除などふつとばして、朝はゆっくりミルクティーを飲んで、ぼーっとしたいです(笑)

しんデンタルクリニック

名古屋市西区幅下1丁目13-18 αビル1F

TEL 052-551-2221

しんデンタル

検索