

歯びねす通心

一生涯、自分の歯でおいしく食事を楽しめるように

家族みんなで通えるしんデンタルクリニック

2022
4.5.6月号
News Letter



しんデンタルクリニック

院長 **舟橋 伸也**

春本番を迎え、寒さが超苦手な私にとって待ちこがれた季節がやって来ました。

ちょっと前の話です。今年は何度も雪が降る、久しぶりに寒い冬でした。確か1月だったと思うのですが、名古屋でも薄っすらと雪が積もった朝がありました。当院の玄関は北側にあり、そのままにしておくとも雪が硬くなり、滑ったりして危険なので、私は出勤してすぐに雪掻きを始めたのです。

今年は寒そうだからと思い、通販で雪掻き用のスコップを買っておいて正解でした。さぁやるぞー！と始めましたが、これが結構な重労働!! 玄関周りはもちろん、医院の周りの雪をぐるりと一人で、滑らないように慎重に掻きました。慣れない仕事で変に力が入り、翌日は筋肉痛に見舞われる始末。

この時思ったのが雪国で生活されている人々のことです。名古屋では年に数回程度でも、毎年豪雪に見舞われている地方では、冬の間は毎日のように雪掻きをしなければなりません。同じ日本に住みながら、つくづく大変だなと、筋肉痛に耐えながら考えたのです。

雪が積もると、きれいに雪掻きされている家と、そうでないところがあります。なぜ雪掻きされていないのかは、それぞれに事情があるのですが、少なくとも当院の患者さんが不便な思いをされたり、滑って転んだりしないように医院周りの雪掻きは当然だと思います。

ちなみに、私は開院以来ずっと診療前に医院の周りの掃き掃除をしています。これも患者さんに気持ちよく通ってもらうためです。院内はスタッフにまかせ、ほうきとチリトリを持って毎朝ハリキッて掃除しています。もしその現場を見かけられたら声をかけてくださいね。



4月 April 5月 May 6月 June

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

●GWの休診日のお知らせ：4/28(木)～5/5(木)まで休診、6(金)から通常診療

●休 = 休診日

歯科衛生士 杉浦 瑞恵

私は旅行に行きたいです。毎年恒例の家族旅行もコロナ禍になってから行けてないので、家族みんなでディズニーに行きたいです。まだまだコロナ収束には時間がかかりそうですが、1日も早く元の生活に戻ってきて欲しいです。



歯科衛生士 大崎 有紗

今年の夏は、浴衣を着て手持ちの花火をやりたいです。大学生の頃、友人達と夏を楽しむために買った思い出の一着なのですが、あれから一度も着られていません。夏祭りは難しいので、せめてお庭で夏を感じ楽しみたいです。



歯科助手 近藤 優

今年の夏もきっとコロナウィルスにより、外出しづらいと思うので、家の中で楽しく過ごしたいと思います。夏に向けてBBQセットを購入し、庭でたくさんお肉とお酒を飲んで、自宅内で楽しむ予定です。



歯科助手 北川 佳枝

年齢と重力に負け始めた体のラインをひきしめたいです!本当は金に物を言わせてエステに通いたいです。節約もしないといけないので、日々の生活の中に筋トレやストレッチを取り入れながら体を作りたいです。



歯科助手 北川 有莉奈

暖かい天気の良い日に洗車がしたいです。冬は寒くて手がかじかんでしまうのでできずにいます。洗車機という手もあるのですが、あまり好きではなく、手洗いに私はこだわっています。身長が大きくないので脚立を使うので大変ですが楽しみです。



歯科助手 中畠 麻衣

今年の夏は久しぶりに花火をしたいです!友人の子ども達にずっと誘われていたもののコロナ禍ということもあり中々会えていなかったので、忘れられないうちに一緒に思い出を作れたらと思います♪



歯科助手 小林 未希子

毎年夏になるとマリンスポーツをするんですが、今年は釣りに挑戦したいと思っています。今まで日焼けを気にして過ごしていましたが、黒い肌も健康的で可愛いと思うようになったのでどこまで黒くなるかチャレンジします♪



歯科助手 伊東 綾子

今年の夏は、娘と大きいプールに行きたいなぁと思っています。この辺りだと、長島のジャンボ海水プールか、モンブルも子供に人気みたいなので行ってみたいです!あとは花火やお祭りも今年は開催してくれたらと願います!



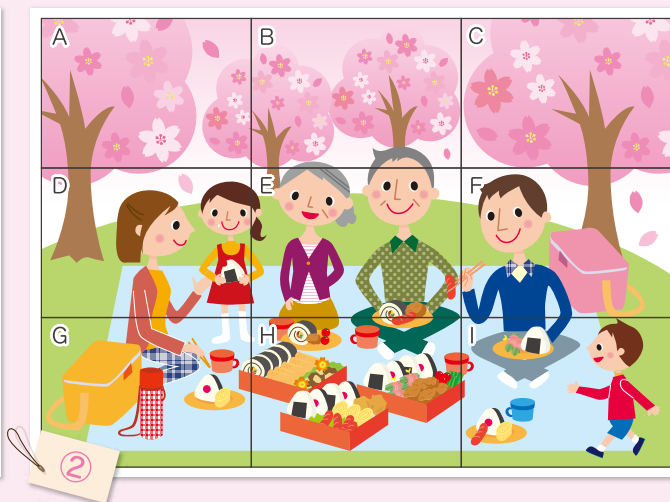
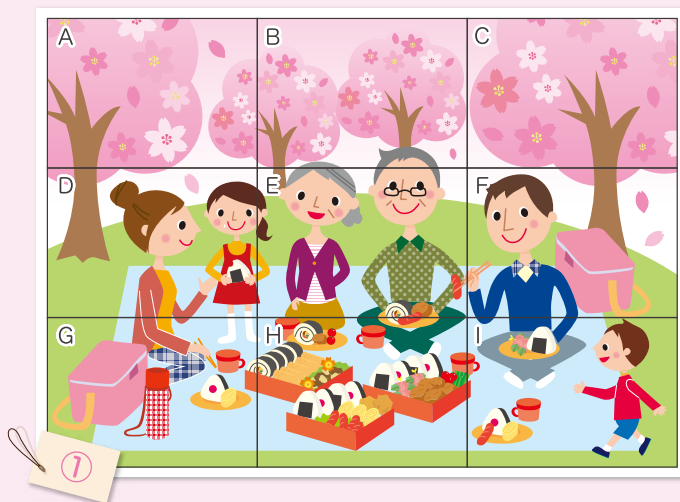
- 1 空にかかるきれいな「はし」はなに？
- 2 パイはパイでも、ひこうきの操縦席にすわっているパイは？
- 3 あたまにプロペラがついていて、空中でとまったり飛んだりできるものなに？
- 4 ゆうがたになると、まわりをまっかにそめるものなに？
- 5 こわれたテレビをうっていました。ねだんはいくらでしょう？

テレビの電気代節約！？

テレビ画面は明るければ明るいほど消費電力が高くなることをご存知ですか？3つのポイントをご紹介します。①必要以上に輝度を上げすぎないようにしましょう。②テレビの画面は静電気の影響でほこりが付きやすくなっています。ほこりが付いて汚れていると、画面が暗く見えますので、こまめに掃除をしましょう。③音量が高いほど消費電力が高くなります。必要以上に音量を上げすぎないようにしましょう。



🔗 まちがい探しコーナー ①・②を比べると、まちがいが5つかくれているよ！わかるかな？



🍴 とっても簡単！お料理レシピ あさりの海鮮蒸し

■ 材料 (2人分)

- | | | | |
|---------|----------|----------|--------|
| あさり※ | 400g | セロリ | 1/4本 |
| いか(刺身用) | 胴部1/2ばい分 | 食塩不使用バター | 15g |
| えび | 4尾 | 薄口しょうゆ | 小さじ1/2 |
| しいたけ | 2枚 | セロリの葉 | 適量 |

※流水の下で殻をこすり洗いしてから使う。砂抜きが済んでいないあさりを使う場合は、2~3%の塩水につけて数時間おく。

■ 作り方

①いかは輪切りにする。えびは殻つきのまま、殻のつぎ目に竹串を刺して背わたを取り除く。しいたけは石づきを落として四つに切り、セロリは小口切りにする。②鍋にいか以外の①の材料とあさりを入れ、強火にかけてひと混ぜし、バターを加えてふたをする。ときどき鍋をゆすりながら炒め合わせ、あさりの殻が開き始めたらいかを加え、再びふたをしてゆすりながら炒める。③いかに火が通ったら薄口しょうゆを入れてひと混ぜする。器に盛り、セロリの葉を散らす。





お口の健康を
守ろう!

歯ブラシの交換



言われた通りに頑張って磨いたつもりだったのに、磨き残しがありますと歯医者さんに言われてしまった…もしかすると、歯ブラシに問題があるかもしれません。今使っている歯ブラシ、

いつ交換したものでしょうか？歯ブラシの交換の目安は1ヶ月です。使っているうちに、毛にコシがなくなり、毛先が開いたり、クルッと曲がっていきます。それは穂先の曲がったほうきでお掃除するようなもので、本当に磨きたい部分に毛先が当たりづらくなります。当たっているとしても、プラークを落とす力は、新品の歯ブラシと比べると、4割ほど落ちるとい研究結果も出ています。歯ブラシを後ろから見た時に、毛先が歯ブラシから見えてしまっているものは、交換しましょう。また、1ヶ月してない歯ブラシでも、毛先が広がってしまっていたら、もしかすると磨く力が強いかもしれません。汚れが取れても、歯や歯肉を傷付けてしまってはもったいないので、磨く力にも注意してあげてくださいね。



新型コロナウイルス対策について 当院では新型コロナウイルス対策として以下のことに取り組んでおります。

● 院内感染予防として、ふだんから行っている取り組み

マスクとグローブ(医療用ゴム手袋)の着用・必要に応じてゴーグルの着用・グローブの患者様ごとの交換・患者様用のエプロン、コップは使い捨てにし、患者様ごとに廃棄・治療器具は、ドリル等のハンドピースを含め患者様ごとに交換し、消毒滅菌・必要に応じて口腔外バキュームの使用・診療台や操作パネル等の消毒液による清拭・スタッフの頻繁な手洗いと手指消毒・診療室内での医療用空気清浄機の稼働

● 新型コロナウイルス対策として追加で行っている取り組み

受付時に検温及び手指消毒を実施・受付にアクリル板を設置・玄関、待合室の消毒液の設置・ドアノブ、取っ手、手すりの消毒液による清拭・待合室・診療室に医療用空気清浄機の設置・定期的な換気・フェイスシールドの着用



しんデンタルクリニック

ご予約・お問い合わせ

☎ 052-551-2221

〒451-0041 愛知県名古屋市西区幅下1-13-18

- 診療時間／10:00～13:00・14:30～19:00
土曜日／10:00～13:00・14:30～17:30
- 休診日／木曜日・日曜日・祝日

一般歯科・予防歯科・小児歯科・歯周病治療・インプラント
入れ歯・矯正歯科・審美歯科・ホワイトニング

<https://sindental.com>



当院で働いてみませんか？
歯科医師・歯科衛生士・歯科助手募集！
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。QRコードはこちらから→

