

一生涯、自分の歯でおいしく食事を楽しめるように

歯 ぴねす通心

家族みんなで通えるしんデンタルクリニック

2025
1.2.3月号
News Letter
No.18

謹賀新年



しんデンタルクリニック

院長 舟橋 伸也

新年明けましておめでとうございます！

昨年は何かとお世話になり、ありがとうございました。どうぞ本年もよろしく
お願いいたします。そして2025年がみなさまにとって、素晴らしい一年になりますように心よりお祈り申し上げます。

ところで、ご存知の方も多いでしょうが、健康保険証(新規交付・再交付)は
2024年12月2日に廃止され、マイナンバーカードでの保険証利用を基本と
する仕組みに移行しました(2024年12月2日時点で有効な保険証は、最大
1年間有効とする経過措置が設けられています)。

当院ではマイナンバーカードを保険証として利用できます。利用するには
初回登録が必要で、パソコンやスマホからでもできますが、当院受付のカード
リーダーからも簡単に登録できます。

マイナンバーカード保険証のメリットとしては

① より良い医療が可能に！

本人が同意をすれば、初めての医療機関等でも、特定健診情報や今までに使った薬剤情報が医師等と共有できる！

② 自身の健康管理に役立つ！

マイナポータルで自身の特定健診情報や薬剤情報・医療費通知情報が閲覧できる！



③ オンラインで医療費控除がより簡単に！

マイナポータルを通じた医療費通知情報の自動入力で、確定申告の医療費控除がよりカンタンに！



④ 手続きなしで限度額を超える一時的な支払が不要に！

限度額適用認定証がなくても高額療養費制度における限度額を超える支払が免除される！



⑤ 健康保険証としてずっと使える！

就職・転職・引越をしても健康保険証としてずっと使える！医療保険者が変わる場合は、加入の届出が引き続き必要です。

まだマイナンバーカード保険証をお持ちでない方は、カードの取得、健康保険証の利用登録を行いましょ！

しんデンタルクリニック 口コミ投稿ご協力をお願い



みなさまの口コミは医院の励みになり、さらなる患者様満足度を
高めるために活用させていただきます。

口コミ投稿は
右記のQRコードから➡



♡ お口の健康を守ろう！ ～ 虫歯は増えている？減っている？～

皆様は現在虫歯になる人は減っていると思いますか？それとも増えていると思いますか？正解は「子供の虫歯は減っているが、大人の虫歯は増加している」です。

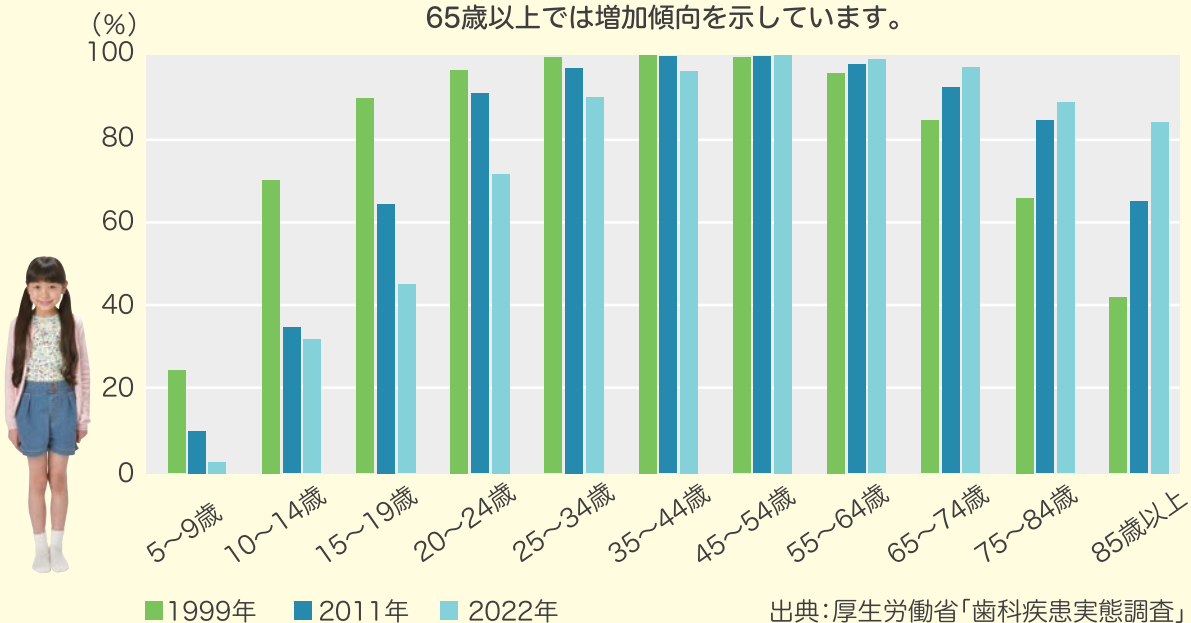
子供の虫歯は、近年フッ素やフッ素入り歯磨き粉が普及してきたことや定期健診の効果もあって、なんと30年前の5分の1に減少しており、日本の子供の2人に1人が虫歯を経験したことがないという調査結果も出ています。

一方大人の虫歯はどうでしょうか？実は大人の虫歯は増加傾向にあるのです。調査結果によっては、9割の人に虫歯があるというデータもあるそうです。



🦷 う歯(虫歯)を持つ者の割合の年次推移(永久歯:5歳以上)

5歳以上の永久歯において、「う歯(虫歯)を持つ者の割合」は、5歳以上35歳未満では減少傾向を示していますが、65歳以上では増加傾向を示しています。



大人の虫歯の原因としては大きく2つあります。

- 過去に銀歯や詰め物をした内部に虫歯ができてしまうケース
- 歯ぐきが退縮することで歯の根面が露出し、虫歯になってしまうケース



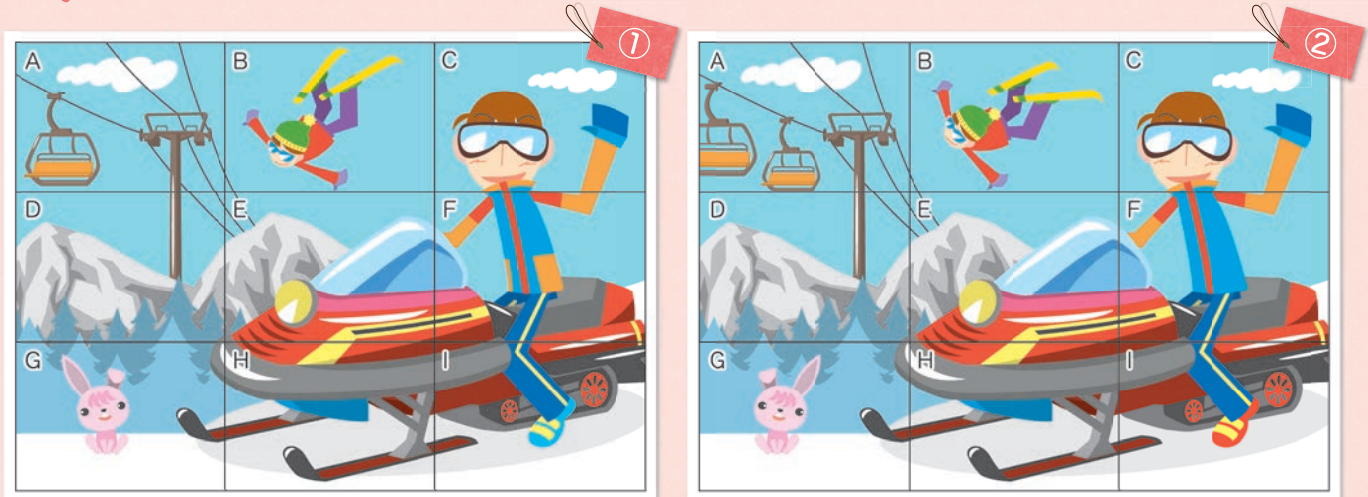
前者は時間が経つにつれて天然歯と詰め物の間にひずみが生じ、詰め物の中で虫歯になっていた、というケースが大半を占めています。また後者は歯茎がさがることによって根元の組織が見え、虫歯が早く進行してしまったケースが多く、根元の組織は目で見えるエナメル質と違い、柔らかいため進行が速いのです。

虫歯があったら虫歯になった原因を改善せず、すぐ削って詰める、という治療を繰り返していると、経時的に虫歯になってしまう歯がどんどん増えたり、一度治療した歯が再治療になってしまったりと、自分の歯を失う方向に行ってしまう。

大人の虫歯を予防するには日々の歯磨きが重要なことはもちろんですが、高濃度フッ化物入り歯磨き粉の使用やフッ素洗口液、歯医者さんでの定期的なクリーニングとフッ化物塗布、が効果的です。

子供と同じようにこれからの虫歯を予防していきましょう！

🔍 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？



🏠 暮らしの雑学 ～ 1円玉に描かれた木はなんの木？ ～

1954年、1円玉と50円玉のデザインを一般から公募しました。全国から2581点もの応募があり、その中から現在の1円玉のデザインのもととなる「若木」という図案が選ばれました。図案を制作した中村雅美さんによると、モデルとなる木は特に無く、だからこそどの木にも通じると考えた、と明かしています。なお、当時の大蔵省が準備した公募の賞金は7万5000円でしたが、裏と表でデザインした人が別々だったため、賞金は折半され3万7500円になったそうです。ちなみに日本の硬貨は、製造年が書かれている方が「裏」とされています。つまり、1円玉でいうと、若木が描かれている方が表となります。



🍴🔪🥄 とっても簡単！お料理レシピ ～ ソーセージとカリフラワーのクリームシチュー ～

【材料2～3人分】

フランクフルトソーセージ 3本
 カリフラワー(小) 1株
 玉ねぎ(小) 1/2個
 バター 大さじ1
 水 2/3カップ
 ローリエ 1枚
 塩 小さじ1/4
 こしょう 少々

《ホワイトソース》

バター 大さじ2
 小麦粉 大さじ2
 牛乳 2カップ
 塩 小さじ1/4
 こしょう 少々

【作り方】


- ①材料の下ごしらえをする
 (1)ソーセージは厚さ1.5cmの輪切りにする(2)カリフラワーは小房に分け、大きなものはさらに半分切る。玉ねぎはみじん切りにする
- ②野菜とソーセージを炒める
 (1)鍋にバターを溶かして玉ねぎをしんなりとするまで炒め、カリフラワーとソーセージを入れて炒める。(2)油が回ったら水とローリエを加え、煮立ったら塩、こしょうしてふたをし、5～6分煮る。
- ③ホワイトソースを作る
 (1)鍋にバターを入れて弱めの中火にかけ、バターが溶けたら小麦粉を加え、全体がなじんでとろっとするまで炒める。(2)牛乳を加えて底から混ぜ、野菜とソーセージの煮汁も加えて混ぜる。(3)塩、こしょうして混ぜながら煮詰める。木べらですくってみて表面に残るくらいのとろみがつけばOK。
- ④仕上げる
 ②の鍋にホワイトソースを加えて混ぜ、ひと煮して器に盛る。



♥ 駐車場ののご案内 ~ 当院の駐車場は医院南側に5台分ご用意しています ~

① ② ⑧ ⑳ ㉟ 番号をご確認の上、ご利用ください。

駐車場①
【2台】(医院南側)

江川線




しんデンタルクリニック

- 小川商店
- 丸吉道具店

駐車場②



江川線からは入れません。
裏側の道にお周り
ください。



2025年 1月

January

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

2月

February

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

3月

March

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

● 休 = 休診日

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

しんデンタルクリニック

検索

歯科医師・歯科衛生士
歯科助手募集!

詳しくは右のQRコードから➡



<https://sidental.com>