

# うじごう新聞

春号32

## ★ うじごう歯科にいらっしやい

今回ご紹介させて頂くのは、

あいな

松村 有希さん・和葉くん・愛渚ちゃんです。

お母さんからこんな嬉しいコメントを頂きました。

「うじごう歯科医院は、普通っていた歯科とは違ってとても親切で、衛生士の方も笑顔いっぱい、子供たちも嫌がることなく定期的に通わせて頂いています。

治療だけでなく、虫歯ゼロを目指すという事で、虫歯がなければ褒めてもらえるおかげで、子供たちも丁寧にハミガキをする様になりました。

これからも、虫歯ゼロを目指していきたいと思ひます。宜しくお願いします！」

ご家族で通って頂きありがとうございます♡一緒に虫歯ゼロ目指して頑張ろうね☆



寒い冬も終わり、桜の花咲く季節になりました。しばらく閉じこもっていた家から外へ出かけてみませんか。到る所に出会いや新たな発見があるかもしれませんよ。新メンバーや復帰メンバーを加え、更なる団結力をました当院は、元気に皆様をお迎えします。

岡山市大元の「トーチカ カフェ」の懐かしく、ほっとする「オムライス(白)」 鳥越



岡山中央卸市場内の「大名庵」の海鮮丼は、具がはみ出てるくらいたっぷり!



田中

岡山市の「<sup>やそはち</sup>八十八」のハンバーグ定食は、牛を一頭買いし、野菜、水にもこだわっているそう!



有松

問屋町のカフェ「Kokua」はハワイアンなお店で、お勧めは、「ヒトとアボカドのドリア」 塚本

倉敷市新田の「石の音」はおかゆ専門店「ステーキランチ」は、お粥が食べ放題!

平田

岡山市の「ハピヤージュ」の「のぞみ苺のロールケーキ」は、人気の為、買えたらラッキー☆

大塚

中庄の「凜空」の「倉敷焼き」は絶品。フワフワでビールと合いますよ! 院長

お気に入りのお店のおすすめメニューをご紹介します!! ぜひ行ってみて! 食べてみて!!

岡山市内山下の「モーツァルト」の「苺のコンポート」は苺がたっぷり! 新池

ランチもディナーも美味しい、岡山市の「イルブスカッパ」の「ペイラのんにくオイル焼き」

河田

岡山市の「へのへのもへじ」は、その日の仕入れで新鮮な料理が出てくる! 小野

酒津の「Café de Maison」の、地元野菜を使った月替わりのランチがおすすめ!

宇治郷 敦子

水島にある、「とらや」の「B定食抜き」は、ご飯に代わり、エビの天ぷらが付く。ツウな頼み方です!

妹尾

## 初期虫歯・知覚過敏の方必見! ついに、究極のガムが登場しました!!

POs-Ca F



- ・初期虫歯で、経過観察している方
- ・知覚過敏でお困りの方
- ・歯周病で根露出がみられる方

こんな方におススメです!

☆働き☆

はたらき1

・カルシウム成分が唾液に溶けやすいため、驚きの再石灰化効果

はたらき2

・初期虫歯で柔らかくなった歯の再石灰化促進と、最高の歯質強化

はたらき3

・食事の後、酸性になった口腔内を素早く中性に近づけ、虫歯になりにくい口腔内環境への改善効果

Pos-Ca成分ってなに?

- ・虫歯の原因となる酸を作らない食品素材
- ・唾液に溶けやすいカルシウム素材

是非一度  
お試しください!



## 長年の治療が終わりました♪ 歯科衛生士 有松

私は生まれつき歯の本数が少ない為、ブリッジの部分もあり、衛生士になって知識を得てから外科矯正などの治療を受けました。矯正中は仮歯だったのですが、仮歯の材質はプラスチックなので変色もしやすく、最終的なかぶせとは違い汚れも付きやすかったです。それに、あくまで仮の接着なので取れたりすることもありました。

私の場合、最終的には前歯のブリッジを自費のセラミックに変えたのですが、形も以前より整い、変色しないので清潔感ある白さを保つことができています。

その上ブラークがつきにくいので、ツルツルした舌触りが気持ち良くて嬉しいことばかりです。

噛んだ感じもプラスチックの仮歯とは違い、しっかり噛めて美味しく食事ができるようになりました。

治療をしていて、見た目でも十分だと言われる患者さんもいらっしゃいますが、やはり保険内のかぶせでも仮歯とは全然違います。治療が必要な方は最後まで頑張って通って感動を味わってくださいね♪

Before



After



## お世話になりました

4月20日をもちまして退職することになりました。開業当初から働き始めて18年私の人生の半分はうじごう歯科で過ごしたことになります。ここでたくさんの方に出会えたことはとても幸せでした。18年、たくさんの事がありません。たくさん笑ってきましたし、泣いてもきました。しんどい時もありましたが、院長先生をはじめ奥さん、スタッフに支えられ助けをもらいながら、ここまでこれたと思っています。うじごう歯科で学んだことを、今後活かして、新たな一歩を踏み出してみます！本当にありがとうございました。



小野 操

## 今年も新しい？ 顔の登場です

この数年スタッフの入れ替わりが特に激しい気がしますが、専門学校や大学を卒業して当院に就職してくるものが、二十歳過ぎで数年勤めて慣れたころには結婚、出産で退職していきます。スタッフの数が増えたのもありますが、毎年求人している気がします。ドクターにおいても同じで、女性は結婚、男性は開業で旅立っていきます。しかし、実はそれは大変おめでたいことで、悲しむよりも喜ぶべきことなのです。新しい生活に旅立つスタッフを子供が巣立つように見守る父のような年になります。頭では分かっていても、とても寂しいというのが本音ですが……。

しかし、嬉しいことでもあります。出産を終えた衛生士池田が仕事に復帰してくれたり、海外へ行っていた衛生士田中が帰ってきたりと懐かしい顔の復活です。

今年も2名の新人と岡大病院から3名の非常勤の先生をお迎えして、活気あふれる医院づくりに励んでいきます。皆さん、気軽に声をかけて下さいね。

院長

## とっても簡単！ 顎を鍛えて美白に最適☆アボカドディップ

### ☆材料 2人分☆

### ☆作り方☆



|        |     |
|--------|-----|
| アボカド   | 1個  |
| ツナ缶    | 1個  |
| レモン汁   | 少々  |
| 塩コショウ  | 少々  |
| ポン酢    | 大1  |
| マヨネーズ  | 大2〜 |
| フランスパン | 適当  |

- ① アボカドは皮を剥き種を取り5mmくらいに刻む
- ② ①にレモン汁、塩コショウ、ポン酢を入れ混ぜる
- ③ ②に油を切ったツナ缶を入れマヨネーズで和える
- ④ フランスパンにのせて皿に盛る

フランスパンはよく噛む食材として知られています。前歯、奥歯をよく使わないと噛みきれません★またアボカドに含まれる豊富なビタミンCには、コラーゲンの生成を促しハリ、弾力をアップさせたり、美白作用でシミを予防する働きがあります★他にもシワを予防する働きや、食物繊維も豊富です★皆さまも是非お試しください(\*^\_^\*)