

うじごう 歯科へいらっしやい!

今回ご紹介させていただくのは“みさきちゃん”です！
 お母さんから嬉しいコメントをいただきました
 「4才の頃から、うじごう歯科に通わせていただいています。
 先生や歯科衛生士さんが丁寧に説明し治療して下さるので
 毎回、子供は通うのを楽しみにしています。
 今後は矯正でもお世話になると思うので
 これからもよろしくお願いします！」



素敵なおコメントをありがとうございます！
 これからも、私達と一緒に
 虫歯ゼロを目指して頑張りましょうね★

新年あけましておめでとーございませう！
 厳しい寒さがいよいよ本格化してきましたが
 皆様いかがお過ごしでしょうか。
 今年もうじごう歯科医院スタッフ一同
 皆様が健康で笑顔溢れる生活をサポート
 できるように頑張ります。
 皆様にとりて幸せな年になりますように☆

今年の抱負

！スタッフの新年の願いや意気込みを
 ！漢字一文字で表してみました！

院長 続	平田 走	田中 筋	高橋 動	鳥越 和
塚本 幸	小山 結	新池 裕	岡本 貯	山本 食
佐々木 育	土師 進	池田 健	小野 磨	

詳しくは掲示板
 をご覧ください♪



歯みがき粉はいつから使う!?

“歯みがき粉は絶対に使わなくてはいけない！”
 と言うイメージを持っている人が多いようですが、実はそうでもありません。
 歯のケアは、ハブラシできちんと汚れを取ることが何よりも大切。
 しっかり汚れが落ちていれば、虫歯にはなりません。
 小さな子供は歯みがき粉を飲み込んでしまうので、使わないほうがいいでしょう。
 うがいが出来る2歳半～3歳になって取り入れてみましょう。
 大人でも子供でも歯みがき粉は少し、小指の先ほどで充分です。
 泡立ちすぎると歯の汚れが見えにくくなり、磨き残してしまうこともあります。
 永久歯に生え代わり始めたら、まず何もつけずに磨いて汚れをしっかり落としてから、
 2度目に仕上げとしてフッ素入りの歯みがき粉を使うと虫歯予防が期待できます。





たくさんのご参加ありがとうございました☆

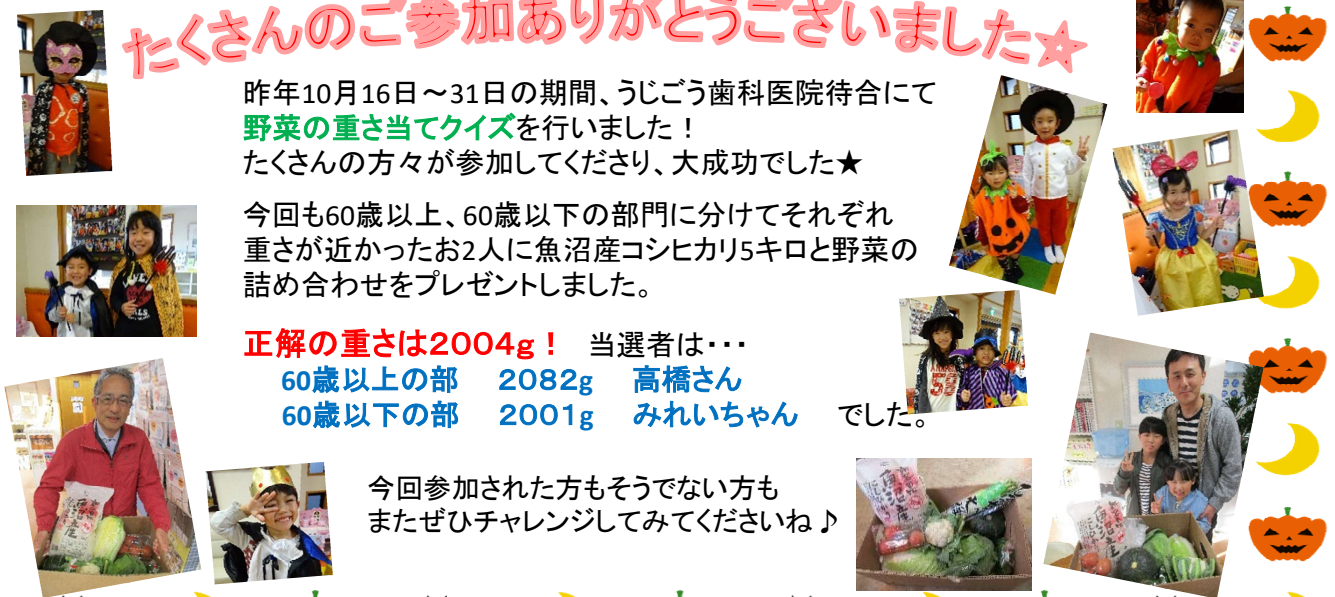
昨年10月16日～31日の期間、うじごう歯科医院待合にて
野菜の重さ当てクイズを行いました！
 たくさんの方々が参加してくださり、大成功でした★

今回も60歳以上、60歳以下の部門に分けてそれぞれ
 重さが近かったお2人に魚沼産コシヒカリ5キロと野菜の
 詰め合わせをプレゼントしました。

正解の重さは2004g！ 当選者は・・・

60歳以上の部 2082g 高橋さん
 60歳以下の部 2001g みれいちゃん でした。

今回参加された方もそうでない方も
 またぜひチャレンジしてみてくださいね♪



認知症と歯科の関係

今後、日本では超高齢化社会のため、認知症患者
 が増加すると思われまます。認知症予備軍まで含めると、
 2025年までに65歳以上の方の3人に1人がそれに
 含まれてしまうという報告もあります。

歯科で認知症に対してできることはその予防です。
 『しっかり噛んで食べる』ということは、とても多くの
 筋肉が複雑な動きをしてなされます。
 また、温度や味も刺激となって脳に伝わります。
 これらの刺激が脳を活性化して認知症を予防する
 と言われています。
 そのためには、ご自身の歯を大切にすることは
 もちろん、歯を失った方は入れ歯などでしっかりと
 噛めるようにすることが大切です。

秋のスタッフミーティング開催☆

11月の日曜日に岡崎好秀先生をお招きして、講演
 会が行われました。岡崎先生は小児歯科(特に障
 害を持つ子を専門とする)分野で大活躍されており、
 治療終了時には、子どもを笑顔で帰すこと。すなわ
 ち「子どもの心に貯金をする」という理念の基に診
 療を行っておられます。当院にもたくさんのお子
 さんに来院いただいているため、とても参考になる
 講演会でした。

“うじごう歯科が大好き”
 と言っただけのよう
 技術面でも対応面でも
 ますますスキルアップ
 できるよう頑張ります☆



スタッフのイチオシ!

今回私が紹介させて頂くのは、岡山市中区
 にある洋食レストラン『kolme』さんです。
 数あるメニューの中で私のオススメは
“スペイン風オムレツ”です。
 ふわふわの卵の中に彩豊かな
 野菜などが沢山入っていて、
 一品でも満腹になりそうなくらいです。
 住宅街の一角にあり、
 迷いやすいので
 事前に調べてから
 行かれてみて下さい♪



小山

11月12日、第3回おかやまマラソン 小野、平田 完走しました!



昨年は過去最多の約3万人の応募があったなか、約
 1.5万人のランナーと共に走りました。制限時間は6時
 間! 小野は人生2回目、タイムは5時間41分! 平田は
 なんと人生初のフルマラソンで、4時間46分の快挙で
 した! 膝の痛みを耐えながらの42.195kmは本当に苦痛
 でしたが、走り切った後の達成感は最高! また今年も
 参加したいと意気込んでおります☆スタッフからのメッ
 セージ入りのタスキや沿道の声援
 ボランティアの方々のサポートが
 何より励みになり、感謝の気持ち
 でいっぱいです!

また次回へ向けて、...
 乞うご期待(^_^)☆

