

# うじごう新聞

新年号72

## うじごう歯科医院へいらっしゃ〜い!

今回ご紹介させていただくのはあきはちゃんです。  
お母さんから『先生に診てもらった時泣いてしまいましたが  
スタッフのみなさんに優しく接してもらえるので助かって  
います。むし歯0を継続できるようにこれからもお世話に  
なります。』と、嬉しいコメントを頂きました。  
ありがとうございます😊



お母さんも出産前から長年当院に通って来てくださり、少し前から  
あきはちゃんも歯医者デビューしました☆少しずつ慣れてきてくれて、  
スタッフも嬉しく思っています。小さなお子さんも楽しく安心して通えるように、  
これからもスタッフ一同頑張っていきたいと思えます。

新年あけましておめでと〜うございます。  
厳しい寒さが本格化してきましたが、皆様いかが  
お過ごしでしょうか? 例年以上に流行している  
インフルエンザや、コロナウイルス等の感染症にも  
引き続き気を付けながら過ごしましょう。今年も  
皆様にとって楽しい1年になりますように☆

## 2024年!〇〇極めます!

うじごうスタッフの今年極めたいことを聞いてみました! 皆さまの極めたいこともぜひ教えてくださいね♪

寒さ対策もしっかりと  
キャンプ極めます!  
院長

Snow man ファンクラブの入会して  
目黒蓮への愛極めます!  
塚本

今年は宿泊してみたい!  
一人旅極めます!  
鳥越

いつまでも若々しいお顔!  
顔ヨガ極めます!  
山本

目指せ!いつもキレイなお家!  
整理整頓極めます!  
小野

まずはスマホの時間制限!  
時間の使い方極めます!  
妹尾

定番からの脱出!  
味噌汁極めます!  
新池

食生活の見直しから!  
健康極めます!  
小山

短時間で質の良い睡眠!  
睡眠の質極めます!  
平田

時短で出来るものを見つけたい!  
時短料理極めます!  
長谷川

まずは美味しい豆から!  
コーヒー極めます!  
佐田

一人で行動してみたい!  
一人時間極めます!  
中西

心身リフレッシュも兼ねて  
温泉巡り極めます!  
奥村

岡山だけでなく県外へ  
パン屋巡り極めます!  
徳永

息子も一緒に!  
お菓子作り極めます!  
中本

詳しくは掲示板を見てね 🍴

## 大学無償化へ! やっとまともな政策が・・・???

政府は少子化対策の一環として、教育費による経済的な負担を軽減する為、3人以上の子どもをもつ「多子世帯」を対象に、所得制限を設けず大学の授業料を無償化することです。私立や専門学校、授業料の高い私立の医学部、歯学部まで対象になるとのこと。賛同する声がある反面、「不公平すぎ」、「絶対納得いかない」、「国公立だけでいい」、「逆に1人目2人目を補助してくれたらそれ以上を望めるのに」、「大学行かない人は恩恵うけられない」と反発の声が相次いでいるそうです。。

この報道後、追加の条件が発表され、とんだ期待外れなものとなりました。

ところで皆さんはご存じですか? 日本の人口はどんどん減り続け、あと30年で1億人を切り、今世紀中には6000万人を下回り、現在の半分以下になります。貧困や働き方の問題などで結婚しない人が増え、出生率が回復しないことが原因です。今までの政策が誤っていたことを率直に認め、思い切った「発想の転換」が不可欠だと思います。世界に類を見ない人口減少と高齢化問題、誰がこの国の未来を支えていくのでしょうか。政府が何としても、3人以上の子供を産んでもらいたいという意思がよくわかりますよね。子供を育てるのにはお金がかかるので、子育て世帯への思い切った減税や支援は必須です。3人以上とは言わず、2人以上の世帯に適用してもよいのではと思うのは、私だけでしょうかね。そろそろ、歴史を変えるような政策が出てきてよいのでは。。 院長の独り言でした。

# ハロウィンイベントを行いました☆

昨年10月2日～31日まで、待合にてハロウィンイベントを行いました。  
今回は「ミラになったプーさんの包帯の長さを当ててみよう」という  
プーさんに巻かれた包帯の長さを皆さんに予想してもらい、  
正解に近かった方にお米と野菜のセットをプレゼント☆

## 正解の長さは…6m32cm!

今回見事当選された方は…

**石丸さん** でした!

おめでとうございます!!

今年はコロナで中止していた仮装も再開し  
可愛い仮装姿がたくさん見れました♡  
たくさんのご参加ありがとうございました☆

## CHPスタッフミーティングに参加してきました

昨年11月23日に開催されたスタッフミーティングにて、  
口呼吸改善専門の千谷さくら先生をお迎えし、  
「MFT継続率を上げる」勉強会に参加してきました。  
皆さんは舌の正しい位置はどこか考えたことは  
ありますか？上顎についている状態が  
正しい位置になります！また口呼吸をすることで、  
ウイルスやむし菌を吸い込みやすくなるため、  
体やお口の中などに悪影響が起りやすくなります。

自分自身にもお子様にも  
誰にでも必要なことを  
学ぶことができました。  
今回学んだことを活かし  
今年度も、スタッフ一同  
さらにパワーアップして  
いきたいと思っております!



## オリジナルお飾りを作ろう

ピカッコクラブ限定で昨年11月20日～12月23日まで  
お飾りが作れるキットをプレゼントする  
イベントを開催しました★

お飾りを飾る由来は、新年に家を訪れる  
年神様をお迎えするためのものです。  
年神様は、家に来て幸せや福を授けて下さる  
存在と言われています。

飾りによく使われている松と南天には意味があります。

- ・松は家の目印となり長寿を願う
- ・南天 = 難転から難が転じて福となる

ご家族でお飾りを飾る由来などを  
考えながら楽しむことが  
できましたか？たくさんのご参加  
ありがとうございました☆

## 小山Dr.のおススメしたい朝活!

皆様、休日の日はどのようなことをして過ごしますか？貴重なお休みの日、ゆっくりお昼ごろまで寝たいと思いますが私のオススメは早く起きて【朝活】をすることです！具体的にどんなことをしているかと言うと、

- ①朝お風呂にゆっくり入る → 血行が良くなり活動的に動き回れます。  
朝湯船にゆっくり浸かるとなんだか贅沢な気がして個人的にすごく好きです。
- ②モーニングを食べに行く → モーニングって意外とリーズナブルでかなり量もありますよね！  
普段の日は朝食をゆっくり時間をかけて食べる暇がない人におすすめです。
- ③京橋朝市に行く(第一日曜限定) → 朝5時ごろから沢山のお店が出ています。朝ご飯を現地で食べるのも  
おススメ！カレー、お茶漬け、フォー、串焼きなど種類も様々です。  
私は、必ず豆腐ドーナツをお土産に買って帰ります。

皆様のおススメの朝活はありますか？是非、お気に入りの朝活を見つけて1日を有意義に過ごしましょう!!