

# うじごう新聞

夏号70

暑い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
今年もあつという間に半年を過ぎました。コロナウイルスも5類へ移行し、旅行等、外出される機会も増えたのではないのでしょうか。こまめに水分補給を行い、熱中症には気をつけて、楽しく素敵な夏を過ごしてくださいね。

## うじごう歯科医院へいらっしゃい

今回ご紹介させて頂くのは、『みゆちゃん、まなちゃん』姉妹です！お母さんから嬉しいコメントを頂きました☆

「ピカッコクラブに入り、定期的に診察をしてもらっているの、早期治療やむし歯予防ができて安心です。スタッフの方も優しく丁寧な指導を下さり、楽しく通うことができています。」

可愛くて元気な2人に、スタッフ一同いつも癒されています(\*^^\*)  
これからも素敵な笑顔を見せて定期検診に来てくださいね！



## ～年代がバレてしまうかも?!～ 懐かしい夏メロ調査しました!

- |  |   |                           |
|--|---|---------------------------|
| 杉山清貴 & オメガトライブ / 院<br>♪『君の心はマリブルー』長              | モンゴル800 / 中<br>♪『あなたに』西                 | ケツメイシ / 妹<br>♪『ドライブ』尾     |
| SMAP / 新<br>♪『BANG! BANG! バカンス!』池                | MINMI / 塚<br>♪『シャナナ☆』本                  | 大塚愛 / 中<br>♪『peach』本      |
| サザンオールスターズ / 鳥<br>♪『涙の海で抱かれたい』越<br>～SEA OF LOVE～ | ケツメイシ / 長<br>♪『夏の思い出』谷川                 | 浜崎あゆみ / 小<br>♪『July 1st』山 |
| ポルノグラフィティ / 徳<br>♪『ミュージックアワー』永                   | サザンオールスターズ / 岡<br>♪『TSUNAMI』本           | ゆず / 奥<br>♪『夏色』村          |
| EXILE / 佐<br>♪『Summer time love』田                | 湘南乃風 / 平<br>♪『睡蓮花』田                     | 井上陽水 / 村<br>♪『少年時代』上      |
| リアーナ / 小<br>♪『We Found Love』野                    | Mr.children / 山<br>♪『シーソーゲーム ～勇敢な恋の歌～』本 | 詳しくは掲示板へ!                 |

## 最近のハワイ事情

5月末に娘の結婚式でハワイに行ってきました。コロナでストップしていた海外渡航熱がそろそろ復活しそうです。久しぶりのハワイ、色々と変わりました。渡航に必要な書類が何もなくなくなりました。ワクチン接種証明書もいらなければ、航空会社へ提出する申請書も必要なし。しかし、以前から必要だったESTAだけは、取得を忘れないでくださいね。

5年ぶりのハワイは、海も山も空気も全く変わらず素晴らしいものでした。大きく変わったのは、観光客です。以前は、7割が日本人だったようなイメージでしたが、今は日本人は、2,3割。アジア系の人は、本当に少なかったです。

しかし、予想はしていましたが物価は日本の倍、缶ビールは、550円。ABCストアで買ったクロワッサンは、700円、卵は1個60円。日本の物価も高くなってきましたが、ハワイに比べたら可愛いものでした。支払いはほぼカードで、現金を使って買い物することは、ほとんどありません。ホテルでのチップだけは、現金が少し必要ですがね。。。ブランド店で買い物をする人も減り、海や山を楽しみ、現地のおいしい料理を楽しむ等、みんな上手にメリハリをつけて、ハワイを楽しんでいました。娘の結婚式では、恥ずかしながら泣いてしまった父でした。

以前の倍になった旅行費用と、ものすごい物価高、そして追い打ちをかける円安。ハワイは、しばらく夢の島になるかもしれませんね。院長



# 新しい春、新しい私スタート

3月後半から約1か月、待合にて「新しい春、新しい私スタート」をテーマに春から頑張りたいこと、新しく始めることなど、期間中に来院された方々にご参加頂きました。

春のイースターの卵型の紙に「部活を頑張って試合に出たい」「資格を取ってキャリアアップ!」「テストで100点取るぞ!」など、たくさんのメッセージで掲示板がいっぱいになりました😊



たくさんのご参加ありがとうございました。皆様の新しいスタートを応援しています♡

## 倉敷市！中学生の通院分も無料になります！

令和5年7月受診分から、子ども医療費の対象が入院・通院とも中学生まで拡大し、無料化されました。

### 改正前 (R5.6月受診分まで)

- 通院・・・小学校卒業まで  
(満12歳に達する日以降の最初の3/31まで)
- 入院・・・中学校卒業まで  
(満15歳に達する日以降の最初の3/31まで)



### 改正後 (R5.7月受診分から)

- 入院・通院とも**中学校卒業**まで  
(満15歳に達する日以降の最初の3/31まで)

中学生のお子様は、令和5年6月中に送付されている新しい{子ども医療費受給資格証}をご持参の上、受診をお願いいたします。



5/14(日)は母の日でしたね🌸

皆様は感謝の気持ちを伝えることができましたか？ 当院でも5/13(土)に毎年恒例の母の日イベントを開催し、1家族に一輪のカーネーションと、お子様には一緒に撮ったお写真をプレゼントさせていただきました。スタッフ一同、微笑ましい姿に温かい気持ちになりました。ご参加ありがとうございました！



## 口臭の原因とは??

口臭の原因は、大きく分けると「生理的」「病気」「飲食物・嗜好品」です。

### 口臭の原因となる3つの要素

#### 生理的原因



起床時や空腹時・緊張時などによる唾液分泌減少

#### 飲食物・嗜好品



においがきついものやアルコール時間の経過により治まる

#### 病気によるもの

歯周病による細菌や膿

むし歯や体調不良にともなう舌苔の増加も

**生理的**・・・唾液の分泌量が減ると、細菌が繁殖しタンパク質を分解する為臭いの原因に。ガムを噛んだり噛む回数を増やすことで唾液の分泌量を増やし、口呼吸をやめて乾燥を防ぐと口臭予防に効果的。

**飲食物**・・・ニンニクやニラなどは、アリシンと呼ばれる成分が悪臭を発生させる。タバコやアルコールなども口臭がきつくなる原因。

**病 気**・・・全身疾患が原因で発生することもあるが、多くは口腔内が原因。歯周病は代表的で、細菌と歯垢が歯肉に溜まり炎症によってできた膿が嫌な臭いを発生させる。歯周病の他にむし歯や体調不良に伴う舌苔(舌の表面にある白っぽい部分)の増加も原因。フロスや歯間ブラシ等の使用や歯医者で定期的なクリーニングが効果的。

口臭だけでなく、気になることがあれば早めに歯医者を受診してくださいね。