

今月のカレンダー

■休診 ■午後休診

まちだ歯科クリニック

診療時間 (木曜・日・祝日休診)
平日 9:00-13:00 14:00-18:00
土曜 9:00-14:00 (受付終了)
院長不在 5/23 (月) 5/24 (火) 5/28 (土)



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

ゆみこ歯科クリニック

診療時間 (日・祝日休診)
平日 9:00-12:30 14:00-18:00
木・土曜9:00-12:30 午後休診
院長不在日 第1火曜午後 水曜終日
第3,4金曜午前 訪問診療
5/28(土)

※院内メンテナンスの為5月・6月は半日休診日があります。ご迷惑おかけいたします。

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

まちだ歯科スタッフ通信

POICウォーター

塩とお水を電気分解して作られる除菌水のこと。薬品は一切使用しておらず、安心・安全！！

塩素系の匂いがするのはなぜ？

お口の中のたんぱく汚れを除去するとき、発生するニオイで汚れが除去されている証拠。お口の中の汚れが減ることで塩素系の匂いも減っていく。

うがい・歯磨きの方法

- ①10~15ミリを口に含み30秒程度ブクブクうがい
※ガラガラうがいをするのも風邪予防！
- ②吐き出した後は普段通りの歯磨き
- ③お水でしっかりすすぎうがい

POIC ウォーター

1本につき1ポイント
10ポイント・20ポイントで1本半額
30ポイントで1本プレゼントいたします！

Point Card

1本 ¥3,300 (税込)
ボトル持参 ¥2,750 (税込)

まちだ歯科で販売しています！

500ml 1本 ¥3,300 が
100ml 1本 ¥300 円でお試しできます！
持ち運びにも便利なサイズです♪
是非お試しください！！

100ml 1本 ¥300(税込)

私たちスタッフも毎日使っています。患者様からも、「スッキリする」「ツルツルする」等の評価を頂いています♪

*ご家族や職場に歯やお口の中ことで、お困りの方がいらっしゃいましたら、ぜひ「まちだ歯科クリニック」または「ゆみこ歯科クリニック」へご紹介ください。

Dr.s MESSAGE

まちだ歯科クリニック院長の町田宗一郎です。ここ2年以上コロナ禍においてマスク生活を強いられています。コロナ禍で常にマスクが必要になると、息苦しくなりマスクの下で口呼吸をする方が増えてきました。その結果マスクを外した時にも、無意識に口をポカんと開けてしまう方が増えています。空気1リットルあたり微生物が1,000個ほど、1日にすると100万個以上の微生物を吸引することになります。鼻には鼻毛、鼻汁、線毛などが異物をとらえる機能がありますが、口がポカんと開いていけばそのまま肺まで到達し感染症などを引き起こします。

そこで大切になってくるのが、マスクをしていても鼻呼吸を意識することが大事です。鼻は体の最高の空気清浄機であり、コロナ予防にも繋がります。口呼吸をすることにより、アトピー・花粉症 喘息・歯周病・虫歯・掌蹠膿疱症・リウマチ などあげれば切りがないぐらいにたくさんの病気を引き起こしていく可能性があります。本日より、ぜひ意識してマスクの下で鼻呼吸をお願いします。

医療法人社団 優和会
理事長 町田宗一郎



優和会
Staff Blog
随時更新中!!

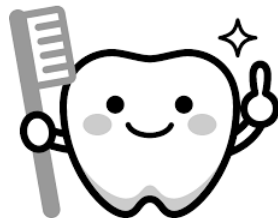
ゆみこ歯科スタッフ通信

歯ぐきのマッサージについて

当院では、定期健診、月1メンテナンスの患者さんに、歯のクリーニングの際に歯ぐきのマッサージを行っています。

効果としては

- ①唾液分泌の促進
- ②歯ぐきの血行促進(歯周病の改善)
- ③リラクゼーション



などが、あります。

お口の周りの筋肉を鍛えることで、アンチエイジングの効果も期待できます。

お口が渴きがちな方や、歯周病、虫歯が心配な方はぜひ取り入れてみてください。

セルフケア方法

研磨剤、発泡剤が入っていないジェルなどを使い、清潔な手で歯ぐきをくるくるマッサージする。

力を入れすぎると歯ぐきが下がってしまったり、逆に傷をつけてしまう可能性もあるので注意が必要です。



訪問診療部より

見過ごされがちな 高齢者のお口のトラブル



他人の口の中はプライベートな部分であり、普段なかなか見る機会がありません。口腔ケアをしようと思っても、なんとなく覗き込みにくかったり、食事や排泄など他の介護の後回しになってしまったりして口の中のトラブルには気付きにくいものです。

たかが口の中の汚れ、口の中のトラブルと軽視されがちです。しかし、口に痛みがあれば食欲がおちて体力が低下しますし、口の中の細菌が原因で誤嚥性肺炎が起これ、命を落とす事もあるのです。

～汚れたお口の悪循環～

口の中が病気だったり不潔だったりすると「**食べるのが苦痛**」になります。



その状況が続けばエネルギーが不足し、気力、体力も低下し物事に消極的になり、刺激を受ける機会がなくなれば、脳の機能も低下していきます。

他人と話をしたり体を動かすのもおっくうになり、一日をぼんやり過ごすようになってしまうかもしれません。

このように口の機能を使わない生活は、さらに口の中の状態を悪化させてしまいます。

☆お口の健康は
高齢者の生活の質を向上させる出発点です☆

医療法人社団 優和会 保険医療機関・労災保険指定医療機関、バリアフリー化、施設内全面禁煙、熊本県ハートフルパス制度協力、歯科健康診査・妊婦歯科検診・歯の健康相談・患者満足度調査実施、歯科医師臨床研修施設、見学・実習生・インターシップ随時受け入れ中

先月の学び



●町田 宗一郎
第10回POIC総会記念講演会
医療対策委員会
ワイズメンズクラブ例会
法務患者応招義務とは？

●町田 由美子
県歯理学会
県歯地域保健委員会
在宅歯科医療連携室会議
介護認定審査会
広域連合歯科分析会議
西区医科歯科の会
認知症対応力研修事業会議
ワイズメンズクラブ会長主査研修会

●外口千愛
始める前に知っておきたい
CAD/CAMインレーの話

●楠美由紀
第10回POIC総会記念講演会

歯科補助スタッフ募集

器具の消毒等のお仕事です。
週2日～3日程度
働き方は応相談！
年齢問いません。
勤務場所：ゆみこ歯科

