

# にこにこヒ口歯

2012 summer

イベントレポート

## 第9回スマイルフェスタ



6月23日（土）第9回目となるスマイルフェスタが開催されました！！

当日は59名の子ども達が集まり、会場は元気いっぱいの歓声で盛り上がりました。

歯とヒ口歯科に関する〇×クイズでは、子ども達の正解率が高く、もっと難しい問題にすればよかったかな？と思うほどでした！

さすが予防クラブの子ども達ですね！

初登場のプラ板作りではみんな思い思いに絵を描き、オリジナルのキーホルダーを完成させていました！なかには子どもより絵を描くのに夢中になっているお母さんの姿も…（\*\_^\*）

今回も大盛況のイベントになりました。

参加して下さいました皆様、ありがとうございました！！



〇×クイズ



かき氷



プラ板作り



# 予約システム導入

4月より予約管理システムを導入しました。  
診察室の中でもiPadにて次回のお約束をお取りできます。  
今後さらに、次回のお約束日をメールにてお知らせできる  
よう準備中です。



## おねがい

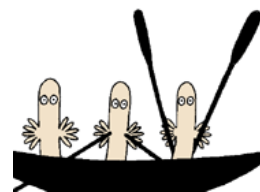
当クリニックは予約優先制を採用しております。  
患者様により良い治療が行えるよう、時間のお約束を  
させて頂いております。  
ご都合が合わない場合には、早めにご連絡をいただけ  
ますよう、ご協力をお願いいたします。

## 制服リニューアル

皆様お気づきでしたか？  
春から制服をリニューアルしました。  
ピンクのかわいらしくさわやかな印象から、  
大人っぽく落ち着いた雰囲気でお迎えして  
おります。改装したクリニックにもよく合っていて、  
私たちが気に入っています！！



## 新メンバーが加わりました



### アシスタント 土屋 寛子

動物占い 狼

趣味 映画を見ること

「歯医者＝怖い」というイメージをなくせる様、笑顔・  
元気をモットーに日々成長できるよう頑張ります

動物占い ペガサス

趣味 ショッピング

久しぶりの歯科医院勤務で勉強の毎日  
です。早く患者様の口腔ケアのお手伝  
いができるように頑張りますので、よ  
ろしくお願いします。

### 歯科衛生士 土屋 志津子

### 歯科衛生士 関 洋子

動物占い チーター

趣味 グラスリッツェン

未熟な私ですが、先輩たちに追いつけ追いつけで  
頑張ります。よろしくお願ひします。



# ヒーロー

今回のヒーローは2人ご紹介します！！

いなばかずき

## 稲葉和希くん

生年月日 H17.10.5 AB型  
河津南小学校 1年生



Q.いつ練習をしていますか？

毎週水曜日の 18:30～19:30  
土曜日 13:30～15:00

Q.うれしかったこと

試合でシュートを決めたこと。

Q.いつからサッカーを始めましたか？

幼稚園の年長。

Q.始めたきっかけは？

お兄ちゃん(拓海くん)が習っていたから。  
はじめは行くのが嫌でした。

Q.楽しいところ

ドリブル。

Q.将来の夢

サッカー選手。



Q.最後に一言

シュートを 10 点くらい決めたい！

すずきだいと

## 鈴木大登くん

生年月日 H14.6.4 AB型  
稲生沢小学校 4年生  
下田フリッパーズ所属



Q.いつから野球を始めましたか？

3年生からはじめました。

Q.どんなところが楽しいですか？

打てるるととても楽しいです。

Q.どんなところが大変ですか？

バッティング練習が一番きついです。

Q.いつ練習していますか？

毎週土日 8:30～12:30 です。

Q.将来の夢は？

巨人の野球選手です。



予防クラブ会員で、スポーツや習い事などを  
頑張っているキッズを募集しています！  
お気軽にお問合せください。

## 車椅子募金のご報告



皆様にご協力いただきました「車椅子募金」が 24,000 円となりました。この思いを形にするべく、ご高齢な方、お身体の不自由な方にご利用いただきたいと、ヒロ歯科クリニック第1号となる車椅子を福祉施設に寄贈させていただく予定です。その際にはまた、皆様にご報告させていただきます。

これからも必要なものを必要なところへ届け、地域の皆様への社会貢献活動を続けてまいります。

皆様のご協力に心より感謝いたします。ありがとうございました。

当クリニックでも、ご高齢な方やお身体の不自由な方が安心して治療を受けられるよう、患者様が自由にお使いいただける車椅子をご用意しています。クリニック内は玄関先から診療室までバリアフリーとなっており、待合室、診療室も車椅子で入れるよう広々とした造りになっています。また、車椅子を降りずにそのまま診療台代わりに治療を行うこともできます。ご利用の方はお気軽に受付、スタッフに声をおかけ下さい。



# ぎりぎり歯の悲鳴！！ 歯の命の危機

—歯ぎしり—



歯科衛生士 松宮央果  
衛生士歴 8年

寝ているときに歯ぎしりがひどいと誰かに指摘されたり、朝起きると顎がだるいという症状に悩まされていませんか？歯ぎしり（ブラキシズム）は研究データによると成人の80%にあると言われています。自覚している方はそのうち10%に満たないという報告もあります。今回は歯ぎしりについてお伝えします。

## ☆歯ぎしりの原因

原因は、はっきりわかっていませんが以下のようなことがあげられます。

- ・ ストレス
- ・ 高さの合わないかぶせ物がお口の中にある
- ・ 他より高いかみ合わせの歯がある

## ☆歯ぎしりの種類

- ・ 上下の歯を擦り合わせる（グラインディング）
- ・ 上下の歯をぶつけあう（タッピング）
- ・ 上下の歯を強く噛み締める（クレンチング）

## ☆歯ぎしり対策

- ・ ナイトガード（マウスピース）  
保険内で作ることが出来ます。
- ・ 意識改革  
噛み締めに注意し、頬杖をつく癖を無くす
- ・ 自己暗示  
就寝時に噛み締めない、リラックスしたイメージを持って眠りにつく

## ☆歯ぎしりが歯に及ぼす影響

- ・ 歯周病の進行の可能性
- ・ 歯が移動する
- ・ 歯がグラグラになる
- ・ 知覚過敏症になる可能性
- ・ かぶせ物が取れる、壊れる
- ・ 顎関節症の悪化
- ・ 歯が削れる、割れる
- ・ 肩こり、偏頭痛、顎の疲れ、目の奥の痛み

## 乳歯の歯ぎしり

乳歯が永久歯に生え変わろうとする時期やその前後などは、子どもが歯ぎしりをする場合があります。これは、歯の形を自分の口の環境に合わせようとして動かすためで、異常はないので止めさせる必要はありません。乳幼児期の歯ぎしりは上顎を鍛えていると言われています。

自然にお口を閉じ、唇が触れている状態では、人間の上下の歯は触れていないのが正常です。寝ているときは難しいですが、起きている状態のとき、特に集中しているときや同じ作業をしているときに上下の歯が触れていないか確認してみましょう。





# インプラントで若返り、健康になる方法

村松 広康 著



2012年2月に発売致しました。

皆さん、「インプラント」という言葉をご存じでしょうか？  
恐らく知っている方が多いかと思えます。では、「インプラント」とはどのようなものでしょうか？この質問に答えられる方はまだまだ少ないと思います。  
色々な情報が簡単に手に入り、言葉だけが独り歩きしてしまう今の時代・・・  
少しでも多くの方にインプラントがどんな物なのかを知っていただき、治療方法を選択する際の判断材料にしていただければとの思いでこの本を執筆しました。

どんな治療にも長所・短所があると思います。  
どなたにも理解していただけるよう、インプラントのすべてを簡潔にまとめた一冊となっております。  
インプラントは決して怖いものではありません！！  
失った歯の治療においてインプラントが一番優れた治療方法であり、多くの方にお勧めできる方法です。  
より良い治療を選択していただき、満足のいく健康<sup>けんこう</sup>ライフ構築のお手伝いができますことを心より願っております。



## 編集後記



ヒロ歯科クリニックは平成24年3月にて、開院15周年を迎えることができました。  
これもひとえに皆様のあたたかいご支援の賜物と心より感謝申し上げます。今後も皆様のお口の健康維持のお役に立てますよう、スタッフ一同より一層努力してまいります。よろしくお願いたします。

お知らせです。

以下のスタッフが退職いたします。大変お世話になり、ありがとうございました。

歯科衛生士 松宮央果

アシスタント 岩本裕利恵

そして最後に1つ発表があります。

第10回スマイルフェスタを、平成24年12月1日(土)に開催する予定です！！

内容など決まりましたら、またご報告させていただきます。

どうぞお楽しみに！！



河津 ヒロ歯科

情報満載のホームページも是非ご覧になって下さい。



コードを読み取ると携帯電話で医院の情報にアクセスできます

