

2004年6月15日

さらさら

Quality of your life 心も身体も心地よく



加古歯科医院

〒478-0053 知多市清水ヶ丘 1-1801

tel(0562)33-4180

fax(0562)33-4188



『子供との信頼関係』
小児担当歯科医師

藤井文子

早ければ4歳少し前から、子供は歯を削らせてくれるようになりま

す。麻酔の注射が必要な時、子供に対して今から注射するね」とわざわざ言うことはありませんが、『注射するの？』と聞かれた時には、嘘を言わず『するよ』と答えるようにしています。その言い方はやさしくそつとだったり、明るく笑いながらだったり、その子に心じて使い分けますが、基本的に『しないよ』と言えば、警戒心が薄らぎ、容易に注射できる

チャンスを得られることも事実ですが、そのテは安易に使いません。

特に、理解力もつき、記憶力も確かになる5歳以上で、しばらく通院が続き、その間にまた麻酔する必要のある場合には、本当のことを話すべきだと思っています。なぜなら、先生は嘘を言う、と思われてはならないからです。

痛くないよ、と言っているが嘘かもしれない左手を挙げたら必ずやめる、と言っているが、嘘かもしれないあと二つ数えたら終わる、と言っているが嘘かもしれない子供が、私の言葉を信じられなくなってしまうたら、治療への恐怖心も増し、頑張る気持ちも失うでしょう。

そして何よりも、怖いと思っていた注射という難関を乗り越えた時の子供たちの嬉しそうな表情を私は見たいのです。

脂肪燃焼にはエアロビクス

受付 遅沢まゆみ

この時期になると、冬に蓄えられた脂肪が気になる方がたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか？

そこで今回は、私のお薦めな



ます。

エアロビクスは、約一時間、曲に合わせてステップを踏んだり、弾んだりする有酸素運動なのですが、脂肪を燃焼するだけではなく、お腹や腕を意識しながら動かすことで、筋肉のトレーニングにもなるスポーツなのです。

このエアロビクスは、市の体育館やスポーツクラブなどで行われていますが、場所によっては運動の強度によってクラスを分けていたりするところもあるの

で、初めての方でも安心して参加できます。
年齢層も一〇代から六〇代くらいまで幅広く、私の通っているスポーツクラブでも皆さん楽しんで踊っています。太って、

バテをしない体を作るため、是非チャレンジしてみたいなと思います。



はじめまして

歯科助手 福田美佳

はじめまして、こんにちは。アシスタントの福田美佳と申します。加古歯科医院で働かせていただくことになり、もうすぐ一ヶ月が経ちます。歯科の専門学校を卒業して、他の歯科医院で働いていました。アシスタントとしての知識はありましたが、初心に戻り、毎日勉強の日々です。

加古歯科医院の院長はじめ、先輩達は患者様のことや周りのことに常に気を遣い大変尊敬しています。私もいつかその様になれるように自分の悪い所を見直し、改善していきたいと思

います。
この二ヶ月間、加古歯科医院に勤めて、初めは字ぶことが多すぎて大変でしたが、少しずつなれた現在はとても充実しています。しかし、慣れてきた分、より一層気を引き締めて頑張っていきたいと思

います。
今後ともよろしくお願