

# さらさら

2009年4月20日

## 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

Quality of your life 心も身体も心地よく  
<http://www.saradent.com/>



### 『免疫力をアップ させましよう』

歯科衛生士 竹内淳子

「いつもげんきで若々しくいたい。一生涯自分の歯で食べたい」と誰もが願うものです。私たち歯科衛生士は患者さんのニーズにこたえ、口腔内はもちろん全身にも配慮して日々のケアにつとめています。しかし長くみていますと、なかなか状態がよくならず悪化していくこともしばしば…。

それには免疫力との関わりが大きいと思います。

免疫力のピークは二十代・三十代で、その後は低下していきます。その要因には、加齢・疲れ・ストレス・タバコ・食などがあります。免疫には多くの器官が関与しますが、中でも最大の免疫器官は腸であり、腸の免疫システムには食べ物のタンパク質が身体に合うか判断し、合わないものを排除するように働いています。私たちが日常多様な食材を口にできるのは、この機能が元気に働いてくれているおかげです。

腸を良い状態にコントロールして、腸内細菌が喜ぶ環境を



つくることは、免疫力アップに大変有効だと考えられます。

「今日の食事が明日の自分を作る」と考えれば、どれほど食事が大切なのがわかります。問題の多い食事事情の中、私たちは安全性や品質にこだわった身体に良いものを取り入れることが大切ですね。

免疫力をアップするということで、さらでんタルフォレストでは「歯肉マツサージ」を行っています。歯ぐきの内部の毛細血管では、酸素や栄養補給と代謝産物の排泄が行なわれています。歯ぐきのマツサージをすることで、血行促進・唾液分泌促進・細菌に対する抵抗力が増します。そして脳内ホルモンを分泌させて、免疫力をアップする効果もあります。

興味を持たれた方は、お気軽にスタッフまでお尋ねください。

これまでにない「気持ちよさ」を味わうことができます！



### 『小児治療室』

歯科助手 鬼頭静子

私が当院の小児歯科担当アシスタントになってから、この夏がくると三年になります。真つ黒だった前歯が白いきれいな永久歯に生え揃った子もいます。幼稚園の帰りに来てくれた子も春からランドセルを背負って小学校へ通っています。

最初は治療台にも上がれなかった子が、練習を積むうちにきちんと治療ができるようになった時や、家では歯医者さんごっこをしている話を聞くと、とてもうれしく思います。アシスタント暦は長いですが、一般歯科とは少し違った感覚や驚きがあることを知り、やり甲斐を感じています。子供さんが少しでも歯医者嫌いではなくなるよう頑張りますので、これからもよろしくお願ひします。

### 『はじめまして』

受付 岡田紗千代

はじめまして。昨年十月よりここ加古歯科医院でお世話になっております。岡田紗千代と申します。

入社して半年。一連の受付業務の流れは何とか身についたものの、まだまだわからないことだらけで、上司・同僚の皆さんや患者様にご迷惑をかけてばかりいる毎日です。

そんな中、改めて人としての自分の未熟さ、受付業務の難しさを痛感しております。患者様・スタッフへの気遣いや心配り、他人を思いやる気持ち、迅速な判断や行動、電話の取次ぎなどなど…。

これから、その様々な課題を克服し、人として、受付のプロとして成長できるよう、日々努力してまいりたいと思います。それまで、まだまだ多くのご迷惑をお掛けすることかと思ひますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

