

# うじごう新聞

春号81

## うじごう 歯科医院へいらっしゃ〜い!

今回ご紹介させていただくのは、『せなくん、かずきくん』兄弟です。お母様から嬉しいコメントをいただきました!

「先生もスタッフの方も皆さん優しく接して下さるので、子どもたちも嫌がることなく安心して治療が受けられています。歯のことはもちろん、生活習慣に至るまでご指導いただき、とても感謝しています。先生が丁寧に説明して下さるので納得のいく治療を受けさせていただいています。これからもどうぞよろしくお願ひします。」

ありがとうございます☆多元気いっぱいの2人に 私たちもいつも元気もらっています! これからも楽しく検診に通ってね!



やわらかな春の日差しから、初夏を思わせる陽気へと移り変わる季節となりました。新生活が始まり、生活リズムが変わった方も多いのではないのでしょうか。季節の変わり目は、体調だけでなくお口のトラブルも起こりやすい時期です。当院では、皆様が安心してメインテナンスや治療に通っていただける環境づくりと分かりやすい説明を心がけてまいります。



## うじごうスタッフの選ぶ、大好きだった懐かしの駄菓子は!?

今も昔も大好きで、遠足に必ず持って行っていた大好きで懐かしの駄菓子は何〜! ?と、聞いてみました★



**ジューC**  
少し酸っぱくて美味しかった思い出が... (院長)



**ポテトフライ**  
1回食べるのにちょうどいい量なのがお気に入りポイント♡ (白神)



**酢だこさん太郎**  
あの甘酸っぱい感じがたまらない! (新池)



**うまい棒**  
安くて美味しい! 色んな種類があって選ぶのもまた楽しい!! (鳥越・藤原 長谷川)

**わたがし**  
口の中ですぐ溶けるのが癖になる。甘くて美味しい (鷲尾)



**さくらんぼ餅、青りんご餅**  
爪楊枝で何個か刺し、お団子のようにして食べていました! (塚本・妹尾)



**チョコソフト**  
1本丸飲みしてた... 今となっては恐ろしい。 (平田)



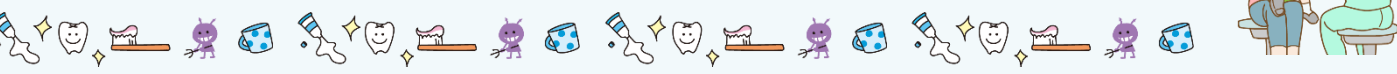
**酸っぱいレモンにご用心**  
1つだけ酸っぱいガムが入っていて、友達と「せーの」で食べていた思い出の駄菓子。 (山本)



## 泣いてしまう子供の治療はどうしたらいいの??

まだ小さいのに虫歯と言われ、早く治療しなきゃ!と思う保護者の方も多いでしょう。しかし、お子様が泣いてしまって歯医者に行きたがらない...このような経験はありませんか? 小さなお子様にとって、“歯医者は怖いところ”というイメージがあります。「痛いことをされる?」「押さえつけられる?」というイメージです。しかし、そのような理由で歯医者に行かなければ、ますます虫歯は進行し、より治すのに時間がかかってしまいます。

まずは保護者の方から、「**歯医者は怖いところじゃないよ**」と伝えていただき、**一度連れて来て下さい**。お子様の性格に合わせて治療を進めていきます。怖がるようなら、まずはお口を開ける練習から行います。ブラッシングでもお口の中をキレイに保つ習慣を身に付けてもらうだけでも充分に来院の価値があります。まずはお子様自らが歯医者に行きたくなるようにしていきましょう。そうすれば治療がしやすくなります。行きたくないからと放置していると、痛みや腫れが出てきて、痛い状態でやむを得ず治療を行わなければなりません。そうなってしまうと、ますます歯医者に行きたくなくなり、悪循環に陥ってしまいます。将来の為に、定期的に歯医者に行く習慣を身に付けましょう。



# 山本のおすすめスポット「京橋朝市」

朝のお出かけが心地よい季節になりましたね。そんな時期におすすめしたいのが京橋朝市です。岡山市中区の旭川河川敷で毎月第1日曜日に開催され新鮮な野菜や果物、瀬戸内海の海の幸、パン屋や花屋さんなど約100店舗が並び、ついあれもこれもと手が伸びてしまいます。

朝の清々しい空気を吸いながら出来立てグルメを食べ歩く時間は格別で私のおススメは体に優しい中華粥のお店と、ふんわり素朴な甘さが癖になる豆腐ドーナツのお店です。皆さんもよかったです足を運んでお気に入りのお店を見つけてみて下さいね。

開催日 毎月第1日曜日(1月は第2日曜日)

開催時間 5時頃～10時頃まで

駐車場はありません。近隣の有料駐車場または公共交通機関をご利用下さい。



## ～産休に入りました～

この度、第1子出産のため、2月21日から産休に入らせていただくことになりました。妊娠3～4カ月の頃、吐きづわりが酷く、体重が7キロ減ったり、入院したりと大変な時期もありましたが、我が子の成長を楽しみに初めての子育てに奮闘したいと思います！また皆さんに会えることを楽しみにしています♪

衛生士 小野



## CHPスタッフミーティングに参加してきました★

CHP Staff Meeting 2026	
タイムスケジュール	
9:30	開会
10:00～10:10	開会挨拶
10:10～10:25	① 〆らき歯科医院「キックオフミーティング」
10:25～10:45	② 〆らきデンタルクリニック「12月の振り返り」
10:50～11:05	③ まさ歯科・徳重歯科クリニック 口腔機能低下症と嚥下の関係 ～デブと歯の関わり～
11:05～11:20	休憩 (15分)
11:20～11:35	④ 徳重歯科医院「夢から夢へつづく42年のパン」
11:40～11:55	⑤ しんくら歯科医院「スマイルライフステージ」
11:55～12:05	～ライフステージと共に進化するオーラルケア～
	閉会挨拶 終了後、全員で机・椅子の片付け

年に1度、多数の歯科医院が集まり、各医院の1年間の取り組みを発表する、CHPスタッフミーティングが2月に行われました。他院の新しい取り組みや、考えなどを聞くことにより、私たちスタッフも刺激をもらえる日となりました。現状に満足せず、患者様に満足していただける治療・ケアを今後も継続していきます。

## 高齢者に嬉しい、ガムの効果とは？

### ～口腔機能低下症の予防にも役立つ理由～

噛む力(咀嚼力)が鍛えられる

認知機能が向上する

口腔機能低下症の予防に繋がる



舌圧が高まる



唾液の分泌量が増加する



ガムを噛むことは、お口周りの筋肉を鍛えて唾液の分泌量も増やすことで、食べる、飲み込む、喋る機能を改善する作用が期待できます。特に認知症予防にも効果があることから高齢者におすすめです。お口の機能を低下させないよう、日常に取り入れてみるのはいかがでしょうか。