

～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～

# 歯っぴ～通信

平成 22 年 8 月号 Vol.31



衛生士柴山の

## 歯っぴ～通信 ～朝の歯みがき～

今月は、朝起きてからの歯磨きのお話をしますね。虫歯菌は、唾液の分泌の少ない夜の間が増殖してしまうので朝の歯磨きは、とても大事なんですね。なので、朝起きてすぐに、コップで口をゆすぎ、朝食を食べる前に歯みがきをすることをおすすめします。そうすることで、お口の中の菌が体内に入ってしまうことも防ぐことができます。そして朝食後にも軽く歯みがきをすることをおすすめします。歯みがき粉をつけずに軽く磨くだけで良いと思います。また、寝る前の歯みがきは、寝ている間の菌の増殖を防ぐので、しっかりとしてくださいね。

## 暑 い夏がやってきました！！

みなさん、こんにちは、いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。8月になりましたね。今月も患者様とのコミュニケーションのための【歯っぴ～通信】をお届けします。今年の夏は、暑いですね。暑いですねというよりは、ものすごく暑いですねという感じですね。梅雨の明ける直前は、岡山市内でも警報がでるほどの大雨になりましたが、梅雨が明けたとたんに猛暑という感じです。全国的にも、暑さと熱中症のことが報じられていますが、みなさんは、お元気に過ごされていますか？熱中症には、やはりこまめな水分補給が一番良いそうですね。待合に置いてあるお水も自由に飲んでくださいね。ビジネスマンの方は、ネクタイが大敵だそうです。ゆるめてもよい空間では、ネクタイを少しゆるめてくださいね。院内では気にしませんから、是非ゆるめてくださいね。また、お子さんは温度の高い地表面から頭の距離が近いために、熱中症になりやすいそうです。ベビーカーにお子さんを乗せる際には、冷たいペットボトルの飲料水を脇においてあげるなどして、体温の急激な上昇がないよう工夫してくださいね。ともあれ、お互い体調を崩すことなく、この夏を乗り切りましょうね。 院長 池上誠

## 患者さまとのコミュニケーションを・・・

いけがみ歯科クリニックでは、スタッフ一同患者さまとのコミュニケーション大事にしたいと考えています。院長である私は、少し口べたなのですが、ちょっとでもコミュニケーションができればと思って、この【歯っぴ～通信】を発行してるんですね。ただ、私の個人的なことは伝わりませんが、スタッフのことは伝わりにくく感じてるんです。そこで、今回は少しだけスタッフのことも紹介しますね。まずは、この紙面の左側で「歯っぴ～通信」を担当している柴山亜依（しばやま・あい）からです。彼女は、倅田來未とスティッチがとてつもなく好きで、倅田來未に至ってはファンクラブにも入っているそうです。また、手話ができるので、手話でコミュニケーションしながら治療を受けたい方いらしたらお知らせくださいね。そして、もう一人のスタッフが、河本愛美（こうもと・まなみ）です。彼女は、ショッピングが好きなようです。バーゲンに関する耳より情報については、彼女と情報交換するのいいと思いますよ。休みの日には、神戸の方まで遠征するとか…。ただ、一人で行動するのは苦手だそうです。そんなスタッフですが、気軽に声をかけてみてくださいね。

## 患者様の声～あなたの声を聞かせてください～

毎月、このスペースでは、治療後に寄せられた患者さまの声を掲載しています。いつも綺麗ないけがみ歯科クリニックさんで丁寧な治療を受けれて、とてもよかったです。今まで、歯みがきは苦手でしたが、家でも好きになりました（笑）。自分の歯を大切に、ずっと通って行こうと思います。ありがとうございます。（岡山市：井上恭子さん）

〒700-0827  
岡山市平和町6-27  
WAKAビル2F  
発行：池上 誠



歯科・口腔外科・小児歯科・  
レーザー治療・予防歯科・  
インプラント・ホワイトニング  
西川谷い・岡山駅から10分

いけがみ歯科クリニック  
(086)237-7731