

～自分磨き～

銀座みゆき通りデンタルクリニック

第20号
2011.8.15

こんにちは。夏ですね♪♪夏は暑い季節と分かっているのに、
なぜか「暑いね…(*_*)」と毎日言ってしまいます(笑)
皆さまはどのように過ごされていますか？

GMDCでは8/11～8/15までお休みを頂いておりました。
歯の調子は大丈夫だったでしょうか？8/16(火)朝9:30から診療しておりますので、
心配な事がありましたら対応させていただきます。御連絡下さいませ。
【GMDCスタッフ一同】

歯マニアふるたの今日も歯が好き

素敵に笑顔に表情筋トレーニングを！

こんにちは。GMDC院長 古田博久です。今年の夏も暑いですね。こんなときこそ、さわやかな気分をいただきたいですね。

「顔」を科学的に見ていくと実に面白いものです。感情の動物である人間は、心が顔に表れます。いつも不満ばかり言っている人は、不満にあふれた顔になってしまいます。いつも楽しく過ごそうと思っている人は、周りの人々を明るく照らし、自然と笑顔になっているでしょう。

今、日本は大きく変わりゆく瞬間ではないでしょうか。そんなとき世の中で必要とされるのは、前向きで明るい未来を予感させてくれる人たちです。暗く沈んだ人に誰もついていきたいとは思いません。私は矯正治療された方々が、どんどん明るく前向きになっていく姿を見てきました。私の方が元気を頂いている気さえします。周囲を元気にするような自信の持てる健康的な口元や表情は、これからの時代ももっとも大切になるでしょう。

しばらくお休みしていた『表情筋トレーニング講座』を再開します。今までになかった新しい内容も取り入れていきます。張り切って準備中です！皆さま、ご参加ください。笑顔がもっと素敵になりますよ！

※お問い合わせは 03-5568-7007 まで。お気軽にどうぞ！



院長 古田博久

「歯マニアふるたの今日も歯が好き」ブログ QRコードブログ書いてます！
Yahoo, Googleで「歯マニア」で検索すると出てきます！！！！
アメブロに引っ越しました(^^) 優しくお願い致します！



… “歯”って漢字どんな意味かな …

今、普通に使っている「歯」という漢字。一番古い形は… →

口の中に歯が並んでいる形を描いた象形文字から出来ています。

簡単な絵ですが分かりやすいですね♪この象形文字は“口”部分だけを表して、上の部分“止”がありません。さて、どんな関係があるのでしょうか？実は、“止(シ)”という、並ぶ、音を示す字を組み合わせ、
歯

という漢字になったそうですよ。(これは旧字体なので現在は「歯」です)

「歯」は、“止”と“口”の二つから出来ていて、「物をかみ止める前歯」「口の中に並んではえている」という意味なのです。昔の人ってすごいですね(^^) (スタッフブログです、みてね <http://ameblo.jp/123gmdc/>)

銀座みゆきスタッフブログ
QRコード



お口の中の環境を良くする最良の方法は『矯正治療』です。

ごちゃごちゃした部屋は、掃除も大変。でも、整理整頓されたお部屋は、たまったホコリもすぐにきれいにできますね！それと同じで、歯並びをきれいにしてから歯のメンテナンスをしたほうが、虫歯や歯周病のリスクをグッと減らせるのです。虫歯や歯周病で歯を失わないためにも矯正治療は有効です。若いころに治療しておくのはもちろん、年齢をとっているからもう治療はいい、というのではなく、何歳になっても、歯並びや咬み合わせを治して健康的に歯を生涯使い続けるチャンスを増やしてもらえたらと思います。



小臼歯非抜歯矯正の治療前

before



小臼歯非抜歯矯正の治療後

after

どちらの方が磨きやすいでしょうか？
一目瞭然ですね!!

歯と歯ぐきのケア（プラークコントロール）の主役は、フロスです！



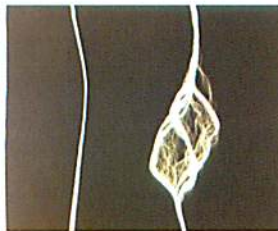
歯科医師 青木一充

日本人はキレイ好きなので、ほとんどの国民に歯みがき(歯ブラシ)の習慣があります。それなのに日本人は、いまだに欧米先進国に比べて虫歯が多いのです。なぜか…健康保険制度の問題などもありますが、実は口の中のケアの仕方に違いがあるんです！日本人のデンタルケアには歯と歯の間のお掃除が不足しています!!
歯と歯の間をしっかりケアできるのは唯一、デンタルフロスだけです。

当院では、患者さんごとに最適な歯ブラシやフロスを選択して、お使い頂いています。歯やお口の状態は十人十色。みんな同じケアではありません。皆さまも、GMDCで正しく効率的なデンタルケアを体験して下さい!



(歯ブラシ・フロス写真)



フロアフロス

フロアフロスの特長は、だ液の水分と摩擦でフワフワと広がること。歯と歯の間に挿入しても歯肉を傷つけず、たまった汚れを残さずからめることが出来ます。



フロッサー

フロスヘッドは、360°回転し、30°ごとに角度を変えられるマルチアングル設計。使いやすい角度に合わせることができ、誰でも簡単に使えます。小さなお子様にも最適!

放射線技師より一言♪



鈴木隆佑 略歴
北里大学医療衛生学部卒
放射線取扱主任者第1種
診療放射線技師免許取得
北里大学大学院在籍
東京都出身

こんにちは!GMDCの放射線技師の秋田です!(^^)!まだまだ暑い夏が続きますね(^^)/夏と言えば、海、花火、お祭り…などイベントが盛りだくさんですね(^o^)/みなさん、夏バテはしてませんか?? 水分はしっかりとって、甘いものを食べた後は忘れずに歯磨きをしましょうね!(^^)!

東日本大地震に伴い、放射能漏れが日本各地で大きな問題となっています。ここ最近、ニュースなどで「放射線」もしくは「放射能」という言葉を耳にする機会が多かったと思いますが、それらの違いを簡単に紹介したいと思います(^)o(^)

「放射線」と「放射能」は全く違います。「放射線」は、光の仲間です。放射線を出す能力を「放射能」、ちょっと専門的に話すと、1秒の間にどれだけの原子が壊れて放射線を出すかということです。また、放射線を出す物質を「放射性物質」といいます。

今度、ニュースなどで耳にしたら、違うものなんだなーと分かったら、専門家の話もわかりやすいかもしれませんよ)^o^(節電にも心がけましょう!(*^_^*)



秋田峻吾 略歴
北里大学医療衛生学部卒
放射線取扱主任者第1種
診療放射線技師免許取得
北里大学大学院在籍
福井県出身

GMDC院長古田の本「抜かない歯の矯正」が発売になりました!
書店、Amazonにて好評発売中!!



栄養指導の研修に行ってきました!!

6月に大阪ホリスティックデンティストリー「歯科における栄養指導」の研修をスタッフ全員で受講してきました。



研修の合間に通天閣に行きました!



ピリケンさんもいましたよ!



もちろん頑張って研修を受けてきました(^^)



修了証を頂いて、嬉しい\(^o^)/

※ただいま、歯科と栄養についてまとめています。乞うご期待!!

ご存知ですか?

『お口の健康』と『栄養』の関係

歯や歯ぐきは、歯みがきをキチンとしていれば大丈夫と思われがちですが、**実は食事也非常に大切です。**
バランスの良い食事を心がけ、**口内環境**を良くしていきましょう。

例えば、歯ぐきの抵抗力を強める作用は、ビタミンA、ビタミンCが関係します。

バランスよく摂取できていないと、歯周病になりやすくなってしまいます。

毎日の食事が、歯や歯ぐきの健康も損ねていくことにつながりますので、

気をつけましょう!



例 ビタミンA (チーズ、牛乳、卵黄、にんじん、ほうれん草、うなぎ、レバーなど) ビタミンC (レモン、イチゴ、トマト、キャベツ、ブロッコリーなど)

スタッフコメント

motohashi | 皆さま、こんにちは。DH本橋です。すっかり暑くなり、夏バテはしていませんか?少し前になりますが、6月25日、26日と2日間、先生を含め、スタッフ一同で歯科における栄養指導、禁煙カウンセリングという講義を大阪まで受けに行ってきました。昔から、骨や歯にはカルシウムと言われてきました。もちろん重要ですが、歯の周囲の組織にはビタミンAやビタミンC、タンパク質や鉄分など様々な栄養が必要なんです。また、口内炎はビタミンBが不足すると出来やすかったりもします。栄養の話聞いてから、バランスよく食事するように心掛けるようになりました。皆さまにもお伝えしていけたらと思います。体だけでなく口の中も健康になるように食事をして下さいね。

nakajima | こんにちは(^o^)受付を担当しています中島です。今年は“節電の夏”ということで、皆さんはどんな節電方法をしていますか?私は家にいる時、家族でなるべく1つの部屋で過ごしたり、クーラーより扇風機、扇風機より団扇と一生懸命頑張っています。涼しいところで体を休めるのも大事ですが、汗をかくことも体にはとても大切なことです!汗をかかないと汗の出る腺が衰え、体温調節がうまくできなくなるそうですよ\(\◎o◎)/!バランスをうまくとりながら、健康的に暑い夏を乗り切りましょう♪

歯マニアふるたの等身大

先日、スタッフと共に大阪の講習会に参加してきた。大阪は僕の第二の故郷だ。考えるだけで気分が高揚する。第一日目の講習が終わり、皆との会食後、私は大学時代の先輩とひそかに待ち合わせ、ある場所に向かった。母校のある天満橋近くのジャズバーだ。16年ぶりにドアを開けると、10席ほどの小さな店の奥に、あのマスターがいた。70歳はゆうに越えているだろうが、長い白髪を結ったスタイルはそのままだ。マスターは僕の顔をじつと見て、しばらく止まっていた。すると突然、『ウエスモンゴメリー聴く?』と。それは僕の好きだったしコード。僕のことを音楽で覚えていたんだ。僕も患者さんをそんな風にいつまでも何年たっても覚えてほしい。しコード針のわずかな、でも心地良い雑音が、僕の気持ちを高鳴らせた。今でもしコードしか置いていないマスターの店は、今日もゴキゲンなジャズを流しているに違いない。信念を持って続けることの大切さを、心に突き刺された夜だった。



facebook

Facebook やってます。
「歯マニア」で検索してください。
すぐ出ます!
歯の情報を溢れさせて、日本人の歯がもっと健康になるように発信している!
みんな「歯マニア友達」なろう!!



ニュースレター編集部より

こんにちは(*^_^*)受付梅澤です。外に出ると何もしていないのに汗がたれてくるくらい夏真っ盛りですね。先日、浴衣を1人で着れるようになりたいと1日講習に行ってきました。浴衣や着物が好きなのですが、実は自分では着られなくていつも着付けてもらっていました。今年の夏は自分で着られるようになりたいと思い講習を受けてみることに散時間。。。コツさえつかめばなんとが着れるようになりました。夏もあともう少しですが浴衣でどこがお出掛けしたいと思っています。 受付 梅澤

こんにちは(*^_^*)この間、ある患者さまと「知らずは、抜くのが大変。だから溶けるような薬があったらいいですね?」って話をしたんです。残念ながら、現在、溶ける薬は無いのですが、歯が再生することに世界で初めて成功したマウス実験をテレビで観ました。歯のかけらを特殊な培養液に入れ、1ヶ月すると完全な形の歯になるんです。インプラントや入れ歯に変わる再生医療を目指す...という内容でした。再生した歯をマウスに移植したら、抜け落ちることなく歯になっていて感動しちゃいました!!
トリートメントコーディネーター高水

たいせつな、たいせつな、 お知らせ

■歯の悩み無料相談会実施中!! (予約制)

◀歯並びが気になる、入れ歯が合わない、歯の色が気になる、歯を抜かないで治したい...何でもOK!!▶

8月24日(水) 18:30~20:30


9月28日(水) 18:30~20:30

ご希望に応じて他の日程でも開催させていただきます。
ご予約、ご質問は 03-5568-7007 まで ご連絡下さい。



9月診療日  ビックが休診日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月診療日  ビックが休診日

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

銀座
みゆき通り
デンタルクリニック

東京都中央区銀座 5-9-12 ダイヤモンドビル 4階 〒104-0061
TEL 03-5568-7007 FAX 03-5568-1850
<http://www.ginza-miyukidori-dc.com/>
e-mail:info@ginza-miyukidori-dc.com

gmdc 検索

どなた様でも、どんなことでも構いません。お気軽にご連絡ご相談ください。
ステキな写真や文章もどしどしお送りください。ホームページに掲載します。待ってま〜す!!