



ハッピー通信45号



おめでとうございます。
良い一年でありますように♪

「もうむし歯を削りたくない！」

削って詰めての繰り返しはもう、おしまいにはませんか？
お口の中の環境を改善しない限り虫歯や歯周病は再発します。

大切なのは「**原因対策**」です！



ポイント①リスクを知る

患者さんひとりひとりの現状、むし歯、歯周病のなりやすさ(リスク)を理解していただくこと。

ポイント②原因を除去する

むし歯と歯周病が発症しないように、細菌のかたまりである「バイオフィルム」の除去を行い、お口の中の環境を整えること。

ポイント③継続的なケアを行う

患者さん自身が自分の歯に関心を持ち「自分の歯は自分で守っていく」という意識のもと、家庭と医院でケアを行うこと。

忘年会 & 送別会

2017 年が始まりました。みなさんいかがお過ごしでしょうか？2016 年 12 月 28 日は毎年恒例の忘年会と、今回は送別会も行いました。忘年会はボーリングと美味しいごはんを食べ、豪華な景品もあり、とても盛り上がりました♪送別会では立野と畑中のベテラン 2 人が辞めることになり、涙を流す場面もありましたが温かく見送りました。

2016



あいうべ体操 で健康に！！

いつもぼかんとお口が開いていたり、口呼吸をしている方は喉に直接汚れた空気が入ったり、だ液による消毒力が弱まります。さらに、虫歯や歯周病のリスクがアップし、口臭の原因にもなります。
あいうべ体操を行うと舌とお口の筋肉を鍛えることができます。

あいうべ体操の効果

- 誤嚥防止 ●小顔効果 ●二重顎の改善

人間本来の鼻呼吸で免疫力アップ あいうべ体操カード		口と鼻は病気の入口
あ		口を大きく「あ〜い〜う〜べ〜」と動かします ●できるだけ大きめに、声は少しでOK！
い		●1セット4秒前後のゆっくりとした動作で！
う		●一日30セット(3分間)を目標にスタート！
べ		●あごに痛みのある場合は、「い〜う〜」でもOK！
お風呂で、トイレで、通勤途中に、親子で、いつでもどこでも思い出したらやってください		

スタッフ紹介 リニューアル



3月の休診日のお知らせ

3/1(水)	15(水)矯正のみ	29(水)
5(日)	19(日)	
8(水)	20(祝)	
12(日)	26(日)	

※22(水)は振替診療行っています。

大人気
ルシェロピセラがおすすめ！！



ココがいい！

10代の方や
女性にぴったりの
スリムデザイン

コンパクトヘッド

コンパクトハンドル

先端集中毛で奥歯までしっかり磨ける

¥300

新年になり、スタッフ紹介を一新しました。いままではお互いに紹介文を書いてもらっていましたが、今回はまたひそかにブームらしいどうぶつ占いにしました♪
いままで知らなかった一面がわかるかも？

すずき歯科は

治療型→予防型の歯科医院へ！

去年の4月から皆さんに少しずつお伝えしている予防歯科。外を歩いている皆さんにも一目でわかるようになり

ました。痛くなってから歯科に行くのでは手遅れになってしまいます。健康なうちから通う習慣をつけましょう！！

