

Vietnam

ベトナムへ研修旅行に行ってきました!

私たちは3月下旬、院長をはじめスタッフでベトナムへ3泊4日の研修旅行に行ってきました!
充実した時間を過ごすことができましたので、みなさんにご報告させていただきます!と思います。
1・4日目は飛行機の乗り継ぎなど移動が主で2・3日目に観光を楽しむ事が出来ましたのでその2日間の出来事をお伝えしていきます!



ハロン湾



~2日目~

朝8時に出発し、ベトナム北部にあるハロン湾へ向かいました。沢山の岩が連なる神秘的な景色から、『海の桂林』とも言われユネスコにも世界自然遺産の指定を受けているそうです。ハロン湾では、船上クルーズや洞窟めぐりなどカヤックでのツアーを楽しむことができました!



旧市街



~3日目~

かの有名なベトナムコーヒーを朝イチで頂いてから、ベトナム紙幣にも印刷されている元ベトナム首相ホーチミンさんの居るホーチミン廟に伺いました!
その後は旧市街へ行ってシクロという乗り物に乗ったり、買い物をしたり、マッサージを受けたり(^ ▽ ^)



またお食事も、さまざまなレストランでベトナム料理を堪能しました!
定番の春巻き、空芯菜炒めに加え、初めてベトナム式寄せ鍋などなど...とても美味しかったです!

(島袋 愛梨)



ベトナム料理

Smileat 40

2019年7月発行

スマイート

さき山歯科クリニック
ニュース・レター



〒900-0015 那覇市久茂地 2-6-20 久高木材ビル 2F
TEL・FAX 098-862-1375
http://sdc1001.com

令和



皆さんこんにちは!
院長の崎山です。

さき山歯科クリニック
院長 崎山哲弘

診療時間は17時までとなります

令和最初のニュースレターになります。

私が幼少の頃、周りの高齢の方は、明治、大正、昭和と3つの時代を経験していました。子供心ながら「すごいな〜」と思っていました。そして現在、私も昭和、平成、令和と3つの時代を生きている人間になりました。複雑な心境です。



先の6月2日にサンエーメインプレイスで毎年恒例のデンタルフェアが行われました。私も毎年協力しているのですが、よく保護者の方からの質問で、キシリトールガムについての質問が出ます。そこで今回はキシリトールについてのお話しをしてみたいと思います。

「キシリトールガムについて」

キシリトールは砂糖と同じくらいの甘みがある、天然の甘味料です。
虫歯菌であるミュータンス菌はキシリトールを食べる事は出来ますが、消化する事は出来ません。
その結果、菌は消化不良を起こし、菌が弱る事により虫歯予防につながります
また、ミュータンス菌はネバネバ物質である不溶性グルカン(菌のうち)を作り出す事も出来なくなるので、お口の中の歯垢が剥がれやすくなり、その事からも虫歯予防の効果が有ります。

そこで、ある産婦人科の病院で妊娠3~5か月の妊婦を対象にした研究を紹介します。ミュータンス菌が多いハイリスクの妊婦に、保健指導だけを行った対照群と保健指導と100%キシリトールガムを3か月間1日4回使用した対照群についての研究です。

結果は、キシリトール試用群は2人に1人がローリスクへ移行しましたが、保健指導のみでは8人に1人しか良くなかったとの事です。

さらに、母親に生後9か月まで継続して研究を行った結果も有ります。

保険指導のみの対照群は、母親にも子供にも菌が存在していたとの事です。しかしガム使用群では、当然母親も少なく、子供には全く菌がいなかったという報告も有ります。子供はガムを使用していないに関わらずです。キシリトール群の子供は1歳まで菌がいるのは、もう1つの群の4分の1に過ぎなかったとの事です。

この様にキシリトールを活用することにより、虫歯を予防する事が解っています。皆様も上手にキシリトールを利用してご自分の、お子様の虫歯の予防に努めて下さい。

PS:キシリトールガムは100%が最も効果が有ります。
(「世界最強の保健指導」岡崎好秀著より)

さき山歯科では
慈善事業のサポートを
行っております。

いつも皆様のご協力に
感謝しております。
ありがとうございます。

今回のボランティア先
NPO 法人「こども医療支援わらびの会」 100,000円

こども達が安心して十分な医療を受けられるよう、病児やその家族の支援に関する事業を行い、こどもの健全な育成と医療福祉の向上に寄与することを目的として設立された団体です。



島袋 誉之
(歯科医師)

当院の窓からはモノレールがよく見えます。
数年前より黒字になったばかりで混んでますね。
普段あまり乗らないのですが10月より開業される延長区間は乗ってみたいと思っています。
案外すいててゆっくり出来るのではと期待しています。



仲田 与志子
(副院長)

皆様、令和元年!!
いかがお過ごしですか??
当院では早速、産休中の與那嶺から、嬉しい報告がありました!
母子ともに無事に産まれました~(^^)v
ご主人そっくりな可愛い女の子です♪
皆さまからも『與那嶺さん産まれた?』と、気にかけて頂く声も多いので私で、お伝えさせて頂きました!!
嬉しさ満開の令和スタートになった、賑やかな、さき山歯科で~す!!



真栄城 優
(歯科衛生士)

皆さん、こんにちは!
衛生士の真栄城です^^
復帰から2ヶ月が経ち、患者様との触れ合いと業務のやりがいに日々充実しておりますが、体は正直です...
あちらこちらに運動不足も重なり疲れが...笑
なので **始めてみました、ホットヨガ^^**
こんなにも汗をかくのか!と自身の発汗に驚き!無理のないスタイルでゆるく続けていけたらと思います笑



高良 宥妃
(歯科衛生士)

こんにちは!衛生士の高良です!
先日、台湾へ行ってきました!
台湾は3回目なのですが、今回は初めて『台中』へ(^^)
美味しい料理も沢山、観光地も回る事ができ今回も楽しい思い出を作ることができました☆..*
海外、そろそろアジア以外を攻めたいです♡笑

訪問診療での出来事

今回は、訪問診療でお付き合いさせて頂いている比嘉佑匡さん夫妻をご紹介します。



普段、私たちの口腔ケアの後に夕ご飯という流れなのですが、いつも奥様の手料理が楽しみで待ちきれない様子です(^^_)
佑匡さんの事を想い、バランスや彩りを考えて品数を工夫したり、食べやすいような形態にしているそうですよ~♪
いつも奥様が佑匡さんをサポートしている姿に、大きな愛情を感じます!
今後も、佑匡さんがいつまでも奥様の手料理を美味しく食べられるように私たちも出来る限りサポートさせていただきたいと思っております。

(神谷 日向子)



みなさん、こんにちは!
衛生士の中本です!
そろそろ本格的な夏の季節ですね☆
夏に向けて?さっぱりしたい気分だったので、小学生ぶりに髪をバツサリ切りました!!美容師さんに小学生ぶりと伝えると、記念に...ということで、1束ほど自分で切らせてもらいました!
ドライヤーなどの時間は、今までの半分になりましたが、ロングヘアーの人を見ると、やっぱりいいなーと思ってしまいます(笑)
期間限定なので、今の髪型を楽しみたいと思います(^^)
おすすめの**ヘアアレンジがあれば教えてください!**



中本 葵
(歯科衛生士)



島袋 愛梨
(受付)

こんにちは、愛梨です(^^)
先日、**高校時代の友人が組んでいるバンドのライブに参戦してきました!**
お写真は、那覇ハーリーのステージにて歌っているところです(´▽`)
夢を叶えようと頑張っている姿は尊敬に値しますし、夢を追いかけてキラキラしている姿はすごく応援したくなります!
思わずバンドTシャツも買ってしまいました(笑)音楽に興味のある方がいらっしゃいましたら是非私までお声掛け下さい!
友人のバンド、宣伝売り込みさせて頂きます(´▽`)笑



神谷 日向子
(歯科衛生士)

こんにちは^^
今年のはなが一GWでしたね!
皆さん、どのようにお過ごしでしたか?
当院は4連休だったので、このお休みを利用して**タイ旅行へ行ってきました。**
旅行中は常に40度近い気温で、熱中症にならないかと思うほどでした... (笑)



島川 瑞希
(歯科衛生士)

皆さんこんにちは!夏に向けてウォーキングを始めました、衛生士の島川です(笑)
最近友人達と、**香水の手作り体験**に行ってきました!自分の好きなアロマや琉球ガラスを瓶に入れて調合!始めはどんな香りになるのかドキドキでしたが、完成してみるととてもいい香りで可愛くてお気に入りの香水が出来ました♡



勉強してきました 2019年

- 4月
 - 7日 インプラントセミナー(院長)
 - 15・16日 大阪から講師を招いての勉強会(衛生士)
 - 21日 歯科助手受付の為の接客セミナー/東京(島袋)
 - 22日 インプラント勉強会(院長)
- 5月
 - 25・26日 接客マナーに関するセミナー/東京(善平)
- 6月
 - 4日 歯科噛合せセミナー(院長)

衛生士 おすすめ! Goods

今回紹介するオススメ goods は、**「口腔粘膜ケア用ブラシ エラック 510」**です。



歯の大きな汚れも落とすことができますが、毛が柔らかいので痛みが少なく粘膜も磨くことができます。
粘膜への刺激、マッサージもすることができるブラシです。
このように粘膜ブラシとしても使えますが、残根(歯の根っこだけ残っている状態)がある方、残っている歯の本数が少ない方にはこれ一本で歯も粘膜も磨けて便利ですね!
ぜひ、使ってみて下さい! (松本 美空)



松本 美空
(歯科衛生士)

こんにちは、初めまして。
三月に歯科衛生士学校を卒業して、四月からさき山歯科クリニックに入社した松本美空です。
入社したての私ですが、五月にはスタッフの皆さんに誕生日のお祝いをしていただきました!いいスタートを切り、今年も良い一年になりそうです!
歯科衛生士としても毎日色々な事を学び、吸収して、成長していきたいと思っております。これからもよろしくお願い致します。

皆さん、初めまして!

今年の2月から受付助手として入社致しました善平 綾です。
新しい環境で分からないことも多く、ご迷惑をお掛けするところもあるかと思いますが、早く仕事を覚えて戦力になれるように頑張っていきたいと思っております!!
また、早く皆さんの顔と名前を覚えて楽しいお時間を過ごせたらいいなと思っております!(*^^*)
よろしくお願い致します!



善平 綾
(受付)