

歯あわせスマイル

当院でのたくさんの笑顔を集めてみました★



ゆうこ 優子さん

さくら 桜ちゃん

お二人とも良い笑顔ですね～！最近、1人でクリーニングを受ける事が出来るようになった桜ちゃん😊さらなる成長が楽しみです♪



かなと 奏仁くん

にこ 響心ちゃん

お気に入りのぬいぐるみを持って、クリーニングに来てくれたのは、増井奏仁(ますいかなと)ちゃんと響心(にこ)ちゃんです！いつも仲良しで、来院した際にはスタッフに笑顔振りまいてくれています♡これからも歯磨きの練習頑張ろうね！



みな 美菜ちゃん

ゆうと 悠人くん

いつも親子でクリーニングに来院されている高良さん親子です！悠人ちゃんと美菜ちゃんはお互い応援し合いながらクリーニングをうけてまーす♡これから2人の成長が楽しみです！(****)♡



ユリカさん

リマちゃん

りつ 利翼くん

大城ユリカさん、利翼(りつ)くん、リマちゃん親子(3人揃って通院してくださっています)最近、妹のリマちゃんも仲間入りしました😊今後ともご家族みなさんでお口の健康を守っていきましょう!!

Memories

さき山歯科では
慈善事業のサポートを
行っております。

今回のボランティア先

日本赤十字社
「令和元年8月豪雨災害義援金」 100,000円



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。

令和元年8月の前線に伴う大雨災害により、佐賀県に甚大な被害が出ました。この災害で被災された方々を支援するための義援金を寄付させていただきました。皆様のご協力に感謝いたします。

Smileat 41

2019年10月発行

スマイル

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

診療時間は17時までとなります

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



まだ沖縄は残暑の季節ですが、今年も暑い夏でしたね。

本土の方では、沖縄では考えられない気温で、ニュースを驚いて見ていました。

このような猛暑ですと、熱中症対策が重要です。
お子様、お孫様への対応も気を付けなければいけません。
水分補給が大切なのですが、歯科の立場からは
1番は水、そしてお茶になります。
冷たいジュースやコーラ、ポカリなどは、あまり大量に
摂取しますと、虫歯、歯周病、そして糖尿病のリスクが

高くなってしまいます。
ただ、私も幼い頃そうでしたが、冷たいジュースは子供にとっては本当に魅力的ですね。(笑)
そんな時、すべてを禁止するのではなく、与え方を工夫してください。
3つ程案内します。

1 まず見た目で満足させましょう！



低いコップ

細長いコップ

氷を入れたコップ

ビジュアルは大切です。

2～7歳のお子様ですと、同じ量なら、細長いコップにジュースを入れて提供しますと、見た目がかさ上げされ満足度は非常に高まります。
そして、その細長いコップの中に氷を入れて、さらにかさ上げしてください。
冷たくおいしいジュースを沢山飲める感じがしますので、満足度はさらにアップです。(笑)

2 炭酸飲料には多くの砂糖が入っています。

ペットボトル500mlのコーラには砂糖60gが入っているそうです。
(スティックシュガー3gにしたら20本分です)
炭酸は舌を軽く麻痺させて、感覚が鈍くなり、甘さを感じにくくなります。
酸が抜けたジュースは甘く感じますよね。
甘さへの満足感に対しては、なるべく炭酸が入っていないジュースが効果的だと思います。

3 味覚は温度に影響を受けます！

塩味は温度を低くすると塩辛くなるそうです。逆に、甘味は体温付近で甘く感じるそうです。
甘い缶コーヒーは、冷たいとおいしいのですが、温めると甘ったるく感じますよね。
1と少し矛盾しますが、甘さを抑えた飲み物を与えるには、あまり冷やさず提供すると満足度は高まります。

以上お子様への、甘い飲み物の与え方を案内してみました。参考にしてみてください。😊



島袋 誉之
(歯科医師)

県産野菜、果物についてのゼミがあると聞いて参加してきました。

場所は近所のフルーツサンド屋さん、講師は少しか顔馴染みの店主、参加者は三人のみと絶対に寝てはいけない環境です。結果、トマトは春先値段が暴落してしまうこと、フルーツサンド屋のナイフは抜群の切れ味だったこと(カットフルーツの体験がありました)、内地の方は話が上手ということが分かりました。勉強になりました。また別の業種のゼミがあれば参加してみたいです。



仲田 与志子
(副院長)

皆さま！私の大好きな秋がやってきましたっ！

今年の秋は、息子とライブ三昧の予定なんです！
今から、息子と指折り数えながら「あと何日だあ！」と、すでに楽しんでます♪(´▽`)
音楽の秋を堪能したいと思いま〜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^^ 突然ですが『子供の体力は無限です…笑』

週末は家でゆっくり〜とも言えず、子供達を連れて公園へGO!!
こちらは暑さで溶けそうですが、永遠と遊び続ける体力にいつもお手上げです…笑
ですが子供達の喜ぶ笑顔を見ると、今週もヘトヘトになりながら暑さと闘う真栄城です^^
涼しい秋が待ち遠しい〜♪



今年も暑い夏の時期が来ましたね〜(´▽`) どうも♡歯科衛生士の高良です!!

夏といえば…海!!BBQ!!花火!! 全て楽しみました♡

(暑い暑いっ!と言いつつですが笑) また来月には離島でシュノーケルも予定しています! 今年も夏を満喫したいと思います♪* そんな私ですが、最近ドライフラワーにハマっています (≧▽≦)作ってみたいな〜!



高良 有妃
(歯科衛生士)



こんにちは。秋がやってきていますが、沖縄はまだまだ暑い日々が続くそうですね(´_`;)皆さんは、どのような夏を過ごしましたか??私は先日、友人と宮古島へ行って来ました。初めての宮古島だったので楽しみにしていましたが、想像以上に海がとっても綺麗で感動しました!! また、宮古そばをはじめ食事も美味しく、素敵な島でした^^ 来年もまた行きたいので、おすすめの場所があれば教えてください。(笑)



神谷 日向子
(歯科衛生士)



島川 瑞希
(歯科衛生士)

みなさんこんにちは!衛生士の島川です! 最近、恩納村のある有名な手作りパンジーに乗ってきました^^ 行くまではウキウキしていたのですが、実際に目の前にするととても怖くビビりまくりでした(笑)どれくらい怖いかは乗ってみてのお楽しみなのです!パンジーの後に食べるそばは凄く美味しかったです!

勇気のある方は是非足を運んでみて下さいね!(^o^)/笑 また夏も終わりに近づいているということで友人達と花火も楽しむ事ができました!今年も楽しい夏になりました♡



善平 綾
(受付兼助手)

皆さんこんにちは!善平です(´^`)/ 最近は夏らしさが増し暑い日が続いていますね!! 私はこの夏、友人達と夏ならではの事を思いっきりやろうの会を結成しました!笑 海の上のアスレチックは決まってるのですが他に夏でしか出来ないことなどあれば教えてください!宜しくお願い致します(´▽`)/♡ また、暑い日が続いていますので水分補給などしっかり行って皆さんも夏を楽しんでくださいね♪

みなさん、こんにちは!衛生士の中本です! 今年の夏休みは、福岡と熊本へ行ってきました!



中本 葵
(歯科衛生士)



熊本には、祖父母がいるので、顔を出しに…福岡には、妹もいるので、一緒に焼肉を食べてパワーをつけました☆ 帰りの便は、台風により、次の日に振り替えになりましたが、帰りに空港で一蘭を食べて、満喫しました(*´▽`*) 福岡空港の一蘭は、並んでないのでオススメです(笑) みなさんの、おすすめの福岡メシがあれば、教えてください!!



島袋 愛梨
(受付)

日射しは強かったですが、それ以上に風が気持ちいい!私自身が自転車すら乗れないので、とても貴重な体験かつすごく楽しかったです! また、フラッと寄ったご飯屋さんの魚のバター焼きがとても美味しかったです(´▽`)/♡



松本 美空
(歯科衛生士)

こんにちは。衛生士の松本です。先日友人とサンセットを眺めてきました。サンセットの近くのポテト屋さながらポテトを食べました!笑 サンセットで食べるポテトは普段以上に美味しく感じ、つい食べすぎてしまいました。笑 久しぶりに水平線に沈む夕日を見て、とても綺麗な景色に癒されました。自然の力というものは私達に素晴らしい感動を与えてくれますね!心の充電満タんです!! なので、医院でも元気満々です!!笑 オススメの絶景スポットがあれば是非教えてください!

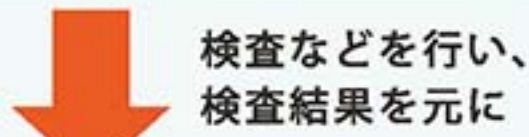


訪問診療について

当院では、訪問診療での新しい取り組みとして、**口腔機能低下症の検査**をはじめました!

口腔機能低下症を予防するために

舌圧測定・口腔乾燥検査・舌、唇の運動機能



検査などを行い、
検査結果を元に

患者様と共に
生活習慣の見直しや、
患者様に合ったトレーニング方法
などを行なっていきます。

これからも多くの患者様がお口から美味しくお食事が食べられるように、サポートしていきます! 興味のある方はお声掛けください! (島川 瑞希)



口腔機能低下症とは、口の元気が低下した状態で、栄養の偏りやエネルギーの不足により全身の健康に悪影響を及ぼしてしまいます。



JMS 舌圧測定器用 舌圧プローブ

勉強してきました 2019年

- 7月 7日 口腔内の観察方法についての勉強会(中本)
- 8・9日 大阪から講師を招いての勉強会(衛生士)
- 18日 訪問診療セミナー(中本)
- 28日 口腔機能低下症セミナー(院長・高良・中本・松本)

- 8月 6日 歯科補綴セミナー(院長)

- 9月 1日 インプラントセミナー(院長)
- 12日 在宅セミナー(院長)

衛生士のおススメ! Goods

今回紹介するオススメ goods は、飲み込む力を鍛える「タン練くん」です。

近年では高齢化が進み、肺炎で亡くなる方が増えています。その肺炎の中でも誤嚥性肺炎(菌が食べ物や唾液と一緒に気管支や肺に入り炎症を起こす病気)が特に増えています。

そこでタン練くん!! 日常の水分補給時に使っていたコップをタン練くんに変えることで飲み込む時に使う舌の筋肉を鍛えることができるボトルです。

ボトルは30mlと200mlの二種類あります。飲み込む力が弱い方は30ccからの使用をオススメします。

取っ手が付いて持ちやすく、それぞれパーツを外すことができるので衛生的です。日常生活に自然に無理なくトレーニングできるタン練くん是非使ってみてください! (松本 美空)

