杉岡歯科だより　　２０２６年　１０月

ひとりごと”　　今月は　歯科衛生士　　西口です

ひとりごと

今月は　歯科衛生士　**西口**　です

スーパーにりんごがたくさん並ぶ季節になってきましたね!!
せっかくなら、美味しいりんごを選びたいですよね
今回は、『知っておきたい美味しいりんごの選び方』をご紹介します。

お尻が黄色～黄緑色

→緑色が抜けているものは、熟度を見る目安になります。

全体がしっかり赤く色づいている

→日光を十分に浴びている目安。ただし赤さだけで甘さは判断できません

持ったときにずっしり重い

→果汁が多いものを選ぶ目安。

甘い香りがする

→食べ頃の目安になります

お尻がへこんでいて形が整っている

→熟度を見る補助的なポイント

もう7年になるんですね！　～歯科衛生士院内研修～

9/8（火）歯科衛生士の院内研修を行いました
講師はいつもお世話になっているDHblossomの宮本さくら先生
宮本先生には 2019 年4月からお世話になりもう7年になります
最近は新しいメンバー向けの研修が続いていましたが、今回は全員集合！
全身疾患について学びました

3 時間ずっと座学はしんどいので、
途中でストレッチやヨガも挟みながら😊
体も動かして、笑いながら、
しっかり知識もアップデートしました！

若手のホープの２人

最後に皆でパチリ
皆宮本先生のことが大好きです😊

新人歓迎会

9/26 は新人歓迎会!

新しい仲間は、歯科助手・受付の阪梨さんです

阪梨さんは素直でコツコツとやる努力家、これからどんどん伸びてくれると期待しています

乾杯は1番くじを引いた辻さん！長年勤務してくれてますが、乾杯に当たったのは初めてだとのこと、さすがしっかりとした挨拶をしてくれました

今回お世話になったのはイタリアンレストラン＜クングラーノサリ＞

どれもおいしく、皆大満足でした“！福知山は美味しいレストランが多く、食のレベル高いです

チーフが明日誕生日ということで、メッセージプレートもいただきました🎂

最後に皆でパチリ

いいスタッフに恵まれて

楽しく診療をさせていただいています

小児矯正フォーラム　In　東京

9/14(日)私が理事長を務める日本小児矯正研究会のフォーラム東京に参加しました!

まずは理事長挨拶！

＜歯並び・かみ合わせに悩んでいる子供たちをできるだけ多く助けたい＞

＜小児矯正が当たり前の世界に！＞

私の想いをお伝えしました

セミナーは日々の悩みを皆で考える内容で、すごく勉強になるセミナーでした

最後に皆でパチリ！ポーズは東京の「T」です(笑)

プレオルソセミナーに参加してきました

9/6(日)大阪で行われたプレオルソのセミナーに参加してきました

プレオルソとは、既成のマウスピース型の矯正装置で床矯正やインビザラインなどの本格矯正を行う前に使用する装置です

お口の周りの筋肉や舌の位置を整えることで正しく歯が並ぶ土台を作る目的があります。

講師は尊敬する椎名先生。チームで治療を行うことなど私が理事長を務める日本小児矯正研究会と共通することが多く共感するところがたくさんありました！

椎名先生ともパチリ

患者様の疑問に答えて

Q: 歯ぐきから出血するようになってきましたが、歯磨き粉を変えた方がいいですか？

A:　市販の歯磨き粉は色々な薬用成分が入っていますが、効果が疑問なものも多いです。出血するのは、磨き残しができて、歯茎に炎症を起こしている場合がほとんどです。出血している部位を歯ブラシ・歯冠ブラシ・フロスなどを使って、丁寧に磨けば、治ってくる場合が多いです。それでも出血が続くようなら、かかりつけ医を受診しましょう。