

ひとりごと” 今月は 歯科衛生士 西口 です

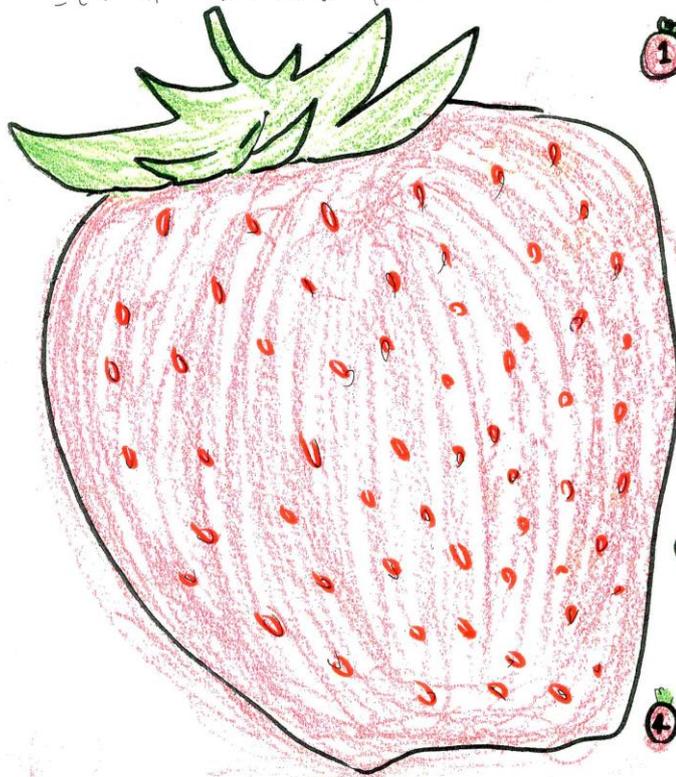
# ひとりごと



今月は 歯科衛生士 西口 です

いちごの美味しい見分け方

現在はハウス栽培が主になっていていちごの旬の時期はズバリ 12~2月頃の冬です!! 美味いの理由は 適度な寒暖差と 温かい春の時期に比べ 完熟になるまでの間じっくり 日数をかけられることで 味が濃く 糖度も高くなるそうです!!



① ハタのころまで  
しがりと赤いものを!!

→ 完熟の証!!! 時に赤色の  
濃い光沢があり、艶のある  
ものを!!

② つぶつぶが赤い  
ものを!!

→ 一般的にはつぶつぶは  
黄色っぽい色をしているが、  
つぶつぶが赤いのは完熟の  
証!!!

③ 実が大きく先端  
が平らなもの

→ 大きさは大きいものの方が  
甘く、先端が平らになって  
いるものが良いです。

④ ハタが振り返っているもの

→ ハタが小さく振り返っているものは  
新鮮な証!!! 逆にハタが下を  
向いているものは収穫から日にちが  
たっているものです。

## 除菌機能のあるスリッパラックを設置しました

待合室に「除菌機能のあるスリッパ入れ」を設置しました。

杉岡歯科医院では患者様にスタッフと協力して更に院内感染予防を徹底していきます！



## 感謝の気持ちを込めて ～スタッフへのクリスマスケーキ～

スタッフへのクリスマスプレゼント!。家内作です。いつも頑張ってくれているスタッフへのささやかな感謝の気持ちです甘さ控えめで、甘いのが苦手な私でも美味しく食べれました😊



## 大雪

今年も終わろうとする中、いや～、良く積もりました。朝6時から雪かきして、何とか診療に間に合いました。おかげでいい筋トレになりました(笑)

そんな雪が降り続く中、訪問診療へ!訪問先も例外なく積もっていて、駐車場からどうやっていくか思案中です。長靴履いてくればよかった(^\_^);

地域医療に貢献するため、頑張ります!!!



## 患者様の疑問に答えて

Q: 歯周病が原因で、全身の病気になると聞きましたが本当でしょうか?

A: 歯周病を放置すると、心臓病・脳卒中・糖尿病・皮膚炎・腎臓病・早産など、様々な全身の病気になる可能性があります。歯周病菌が血管を通して全身に回るためです。歯周病の予防には、家庭での正しい歯磨きと、歯科医院での定期的なクリーニングが重要です。

