

ひとりごと” 今月は 歯科衛生士 大槻 です

# ひとりごと

今月は 歯科衛生士 大槻 です



## 寝苦しい夏の「快眠ワザ」

✧ お風呂は寝る1時間前までに  
湯船につかること

✧ シャワーだけなら3つの首「足首、手首、首の後ろ」  
を温めて快眠モードにする

✧ リビングや浴室の照明は控えめにする

✧ パジャマに着替えておやすみモードに

✧ 飲み物はカフェインレスのものを



✧ BGMには自然音や  
歌詞のない音楽にする



## 新人ラッシュ

退職が決まったスタッフがいたため、6月より求人を出しました

杉岡歯科医院では、スタッフの入れ替わりが少ないため、久しぶりの求人です

世間では求人難との報道がありますが、ありがたいことに沢山の方の応募をいただき、常勤歯科衛生士1人、常勤歯科助手1人、滅菌担当2人のスタッフが決まりました😊

新人研修が重なり、院内バタバタしていますが、活気が出ているように思います

患者様にはご迷惑をおかけすることもあると思いますが温かく見守っていただければ幸いです

## 診療終了時間の変更になります

令和6年1月より診療終了時間の変更になります。

平日の診療終了時間が

午後6時30分 → 午後6時 になります

(最終受付午後5時30分)

杉岡歯科医院は開業 23 年目を迎えます。おかげさまで長年勤務して下さるスタッフも多く、入社当時独身だったスタッフが、結婚し、お子様ができ生活環境も変わっていきます。小さなお子様のおられるスタッフは必然的に時短勤務になります

早く帰るスタッフも最後まで残って頑張ってくれているスタッフも皆が働きやすい環境に！そのような想いから、今回の診療時間変更を決断しました夕方に通院して下さっている患者様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただければ幸いです

杉岡歯科医院は地域医療に貢献するため全力をつくしていきたいと考えておりますので、今後ともよろしく願いいたします

## お知らせ

←

1) 令和 6 年 1 月より、診療時間が変更になります。←  
患者様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしく  
お願いいたします。←

←

午前診療：9 時～12 時 30 分←

午後診療：2 時 30 分～**6 時**（終了時間が**6 時**になります）←

\*最終受付：午後 5：30←

但し、土曜日は PM 2 時～5 時まで←

←

←	月←	火←	水←	木←	金←	土←
午前 9 時～12 時 30 分←	●←	●←	←/→	●←	●←	●←
午後 2 時 30 分～ <b>6 時</b> ←	●←	●←	←/→	●←	●←	△←

△土曜午後は 2：00～5：00←

## 開業23周年記念のケーキ！！！！

7/22で杉岡歯科医院は23年目を迎えました

今年は記念にケーキをスタッフにプレゼントしました家内の手作りです

スタッフ全員分、しかも夏の暑い時期は補完が大変で、二日ばかりで作っていました

スタッフも喜んでくれたようで嬉しいです



## 患者様の疑問に答えて

Q: 7歳の女の子です。歯の表面が茶色くなり、歯科健診で着色と言われました。歯磨きをすればきれいになりますか？

A: 飲み物や食べ物の色が歯の表面について、茶色なることを着色と言います。一度ついてしまうと歯磨きでは取れにくい場合が多いです。虫歯ではないので心配はいりませんが、気になるなら、歯科医院で専用の器械で取ってもらえば、きれいになりますよ。

