

ひとりごと” 今月は 歯科衛生士 辻 です

## ひとりごと

今月は 歯科衛生士 辻 です

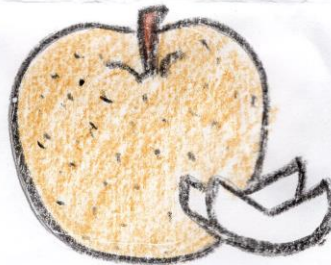
この時期にとっても美味しい「梨」について

## 梨の歴史

梨は、日本で栽培される果物の中でも歴史が古く、弥生時代にはすでに食べられていたそうです。現在のような甘味が強く果肉のやわらかい梨は明治以降に発見されたり品種改良されたものです。

## 梨の選び方(見分け方)

- ①軸が太くて色ムラなくふっくらとしたもの
- ②果皮に張りがありずしりと重みがある
- ③完熟すると果皮のザラザラが減る



## 梨の期待される効能

- ・便秘改善
- ・高血圧予防
- ・動脈硬化予防
- ・心筋梗塞予防
- ・脳梗塞予防
- ・利尿作用
- ・咳止め

梨は水分と食物繊維が比較的多く、便をやわらかくする糖アルコールの一種「ソルビトール」を含んでいるので便秘予防に効果があります。

## 梨の保存方法について

すぐにお召し上がりいたいただくものは常温で、それ以外は冷蔵庫の野菜室で保存して下さい。

## 院内旅行&送別会&新人歓迎会&永年勤続表彰 In 神戸～

8/10(木)久しぶりの院内旅行に行ってきました！

以前は毎年院内旅行に出かけていたのですが、コロナ禍で旅行が難しくなり、  
かわりに少し豪華な食事会を開催していました。

今回は日帰りで神戸へ！皆でバスに乗り込みいざ出発



今回の旅行は「美味しいものを食べてエステでリラックスしよう」ツアーです

まずは目的のホテルオークラへ！



食事まで少し時間があつたので、フオトスポットの<RE KOBE>へ  
歩いて数分の距離なのですが、あまりの暑さに皆バテバテ(笑)



汗もかいてお腹もすいたところで、いよいよ楽しみのランチです  
食事の前に挨拶&表彰式

まずは9月で退職する大橋さんの送別会の挨拶

大橋さんは歯科衛生士学校の実習生として当医院に来られ、そのまま5年間勤務してくれました。まじめで勤勉、まだまだ伸びしろがある子でしたが、新たなステージに挑みたいということで、残念ながら退職になりました。ポテンシャルが十分ありますので、更なる飛躍、応援してますよ

次に、新人歓迎会の挨拶

まずは、常勤歯科助手の国分さん。大阪で接客の仕事を長年やってこられただけあって、言葉遣いや気遣いはさすがです。「今までやってきた仕事の中で一番楽しいです。杉岡歯科医院のメンバーに入れて嬉しいです」と素敵な挨拶をしてくれました

次に常勤歯科衛生士の細田さん。歯科衛生士としてのキャリアは十分で、それでいて謙虚で向上心があるのでこれからが楽しみです

最後に滅菌担当の荻野さん以前より医院の清掃をお願いしていた掃除のプロです。

診療の要となる滅菌をお任せすることになりました。器具の洗浄の仕方など、逆に私たちが教わることも多く頼りになる存在です

そして永年勤続表彰。17年勤務してくれている大槻さんと西口さん、ホテルの宿泊券をプレゼントしました。二人とも医院の中心で頼りになる存在です。これからも末永くよろしくお祈いします

ランチははホテルオークラ神戸の最上階のある鉄板焼きくさざんか>

「鉄板焼きってお好み焼きの事かと思った」という鉄板役デビューのスタッフもいて(笑)

皆大満足でした



お腹いっぱいになった後は、エステ三昧私は近くのジムで汗を流しました

帰りのバスの中で挨拶添乗員ではありません(笑)



## コツがつかめました！ ～院内研修～

杉岡歯科医院は医院増改築前の水道管迂回工事のため 8/23 まで長期の夏休みをいただいています

休みの期間を有効活用するため 8/18(金)院内研修をスタッフ全員で行いました

今回は口腔内写真の撮り方の研修です。講師はいつもお世話になっている宮本さくら先生。座学から始まってお互いに口腔内写真を撮る実習

ちょっとしたコツで、患者様に負担をかけないように短時間で、しかも規格性を持った写真がとれるんです

皆どんどん上達していくのがわかって楽しく研修ができたようです



研修の後は近くのイタリアンレストランでランチ

ゆっくりと色々な話ができて、有意義な時間を過ごせました

さて、あと少しお休みをいただいて、8/24 より診療再開いたします



## 待合室のぬいぐるみ復活！！

長い夏休みをいただいておりますが8/24より診療を開始します。

患者様にはご不便をおかけして申し訳ありませんでした

さて夏休み明けよりコロナで一時撤去していたぬいぐるみを復活させます

又、雑誌類も置いて徐々にコロナ前の状態に戻そうと考えています

もちろん基本的な感染対策は従来通りしっかりと実施していきます



## 患者様の疑問に答えて

Q: コーヒーを飲むと歯石が付きやすくなりますか？

A: コーヒーと歯石は直接関係ありません、ただし、コーヒーで歯に着色がついて、歯が茶色になることがあります。着色は歯ブラシでは取れない場合が多いので、歯科医院で専門の器具で取ってもらうことをお勧めします。

