

クローバー エクスプレス

Clover Express

KOGA DENTAL CLINIC
こが歯科医院

北九州市小倉北区日明3-3-6 2F
TEL093-581-9120

H23年
5月号



ポカポカとした日差しで過ごしやすくなってきましたね。しかし夜はまだ肌寒かったり、そうかと思えばお昼は夏のように暑かったりと不安定な気候が続いています。そのため、体調を崩してしまう方も多いようです。学生の皆さんは新しい学校、もしくは新しい学年に慣れてきたころだと思しますので、風邪などひかないようにしてお友達といっぱい遊んで下さいね！もちろん、体調の他に歯の健康管理も忘れずに…。連休の間家族サービスや家事でお疲れのお父さんやお母さん、またお子さんの家族が帰省されて疲れてしまったおじいちゃんおばあちゃんは癒しのデンタルエステはいかがですか？疲れやストレスは歯ぐきや歯にも影響を及ぼします。いつもの診療室と少し違う完全個室の予防ルームでリラックスし、心も歯の状態もリフレッシュしてみたいはいかがでしょう？

編集長：番戸平尚子

教えて！！衛生士さん

Q.キシトールってどんなもの？

歯にいいの?? 歯科衛生士 堂領舞

A.キシトールは樺の木などに含まれる自然の甘味料がもとになっています。

甘さは砂糖と同じでカロリーは砂糖の75%です。

- <効果>①虫歯のもとである虫歯菌を減少させます。
- ②甘さにより唾液の分泌を促します。
- ③初期の虫歯を元の状態にもどそうとします。

キシトールは長時間お口の中にためておけるものの方が効果が高く、ガムやタブレットが一般的。しかし、キシトールが100%含まれていなければ効果がありません。スーパーやコンビニで売られているものは商品によって異なりますが30~70%です。当院ではキシトール100%のチョコレートやグミを販売しています。あくまでもキシトールは虫歯予防の補助食品ですので、日頃のブラッシングもとても重要です!!

こが歯科医院 NEWS!!



『こが歯科医院』にて4月1日より「初診カウンセリング」を始めました。カウンセリングと言うとビックリされる方もいらっしゃると思いますが、問診表で伝えきれなかったこと、心配していること、不安に思っていることや、治療に対するご希望などのお話しをお伺いするための時間です。朱門たちスタッフがお客様をいたしますのでお気軽にお話しを聞かせて下さい。

山本彩香

今月の食べ物

今日はパイナップルを紹介します。夏のイメージが強いパイナップルですが、実は3~7月が旬で5月が一番おいしい時期とされています。よく酢豚に入っているのを目にしますが、これはパイナップルの酵素「ブロメリン」が肉等に含まれるたんぱく質を分解するからです。これによって消化が早くなり、胃もたれを予防します。そしてこの果物にはクエン酸も豊富に含まれており、しみそばかすや気になる方にはおススメの果物です。その他にもビタミンB1、B6、Cなども含まれているため、肌を丈夫にし、疲労回復の効果だけでなく神経系を正常に保ち、ホルモン分泌を正常にしてくれるんです。パイナップルは下部が太っているものほど甘みが強いといわれています。デザートや料理など用途に合わせて選んで下さいね。番戸平尚子

我が家のペット

我が家のペットは14歳になるおばあちゃんネコです!! 名前には「ミミ」といいます! 母のお腹の上で寝るのがお気に入り。ミミ...♡ 捨てた時は、まだ目も開いてなく「んどのお」も聞いていません。ずーと一緒に居ることで大切な家族の一員です。これからも、ずーと長生きして浴びたいです!!

谷口 優美



おすすめDVD

『101 (ワンオーワン)』

監督：ステイヴン・ハレフ

出演：グレン・クローズ、ジュフ・ダニエルズ

ディズニー・アニメの名作「101匹わんちゃん」の完全実写版です。登場する101匹のグレイシェン犬達は、可愛らしい表情から悪者に立ち向かっていく勇敢な姿まで、息のそった、人間顔負けの俳優ぶりです。さらに強烈なのが、往年女優 グレン・クローズが怪演する悪女フルエラ。この映画でクローズのイメージが決定づけられたと言われるほどの、もうすぐい迫力で熱演しています。 窪 睦代

“私の人生の師匠は母である”

「人に流されない生き方＝凛とした生き方」
自分の人生、自分で決めたいと、自分の選んだ道を信念を持って歩ききることを厳しく教えられました！

そんな厳しい母が、「どんな困難にも、決して逃げなかった... けれど、いつも笑顔でいるあなたに、私は親として誇りに思う」と言ってくれました**

常に私の味方であり、自信と誇りを持って生き方を教えてくれた母に、本当に感謝しています！！

7年前に、私がプレゼントした財布を財布になるお財布に使ってくださる母。今年又新しく使い勝手のいい財布をプレゼントしました。

「師匠、弟子は少しは成長したのか？」

お母さん、これからもおと元気のいいお母さんでいてください！！

おかあさん ありがとう

財前 博美

「こが歯科医院」プロジェクト 活動報告

現在「こが歯科医院」では、ペットボトルキャップの回収を行っております。(玄関入ってすぐの所にボックスが置いてあります。皆様の御協力のおかげで、ボックスがいっぱいになった為、主催されている「エコキャップ推進協会」の方へ一度送付させて頂きました。その結果、集めたキャップは「3,320個」、こちらで「4.2人分」のワクチンが製造出来るそうです。現在も設置しておりますので、引き続き御協力をお願い致します。 山田香織

ペットボトルキャップ回収結果

回収結果報告

キャップ
3320個
ワクチン
4.2人分

エコキャップ
推進委員会



東日本大震災への募金回収結果

「こが歯科医院」では、3月中旬より東日本大震災で被災された方々の復興支援のため、受付に募金箱を設置させて頂きました。

4月末の時点で、**36870** 円の義援金が集まりました。

皆様の日業がいっしょ支援ありがとうございました。集めた義援金は、「こが歯科医院」が責任を持って「日本赤十字社」に送らせて頂きます。なお、義援金の受付は、一旦締め切らせて頂きます。 山田香織

東日本大震災コケッコ募金ご協力をお願い

上記に示した通り、日本赤十字社への募金活動は4月30日(土)で一旦打ち切り、代わりに代わりの医院にしかできないと、医院からできることとして『東日本大震災コケッコ募金』に参加することが決定しました。東日本の被災した医院は現在診療もまともにできない状態であり、このままでは人々の健康状態は悪化し、復興にも支障が生じてしまいます。『東日本大震災コケッコ募金』は集めた支援金を「医院修復お手伝いセンター」を通じて被災した医院の援助、復興活動などに使うための募金です。皆様の「ご協力をお願い致します！」

《医院修復お手伝いセンターの活動》

- ・機材提供
- ・機材貸し出し代行
- ・移動診療車の派遣
- ・7/11で修復のお手伝い。



番戸平尚子