Happy Smile 新聞

2023年 9月 発行（第44号）

公式 SNS

Instagram

医院の最新情報＆スタッフの日常を投稿しています！！

HPSICHIKAWASHIKA

LINE 公式

「予約変更/キャンセル 」を承っております☆ぜひ友達登録を！

@920jnyli

Google クチコミ

投稿頂いた方は受付にお声掛けください！
プレゼントを差し上げています♪

お知らせ

当院は『予約制』のため、10分以上遅れる際は、予めお電話ください。
ご予約の変更は、**前日の17時まで**にお電話でお知らせください。

診療日カレンダー

9月

休診日　矯正診療日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

１０月

休診日　矯正診療日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

１１月

休診日　矯正診療日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

〒336-0031
さいたま市南区鹿手袋3-24-12メゾン癸生川1階
医療法人H-P Smile いちかわ歯科
TEL：048-844-1846
FAX：048-816-3588

知恵袋

こんにちは、歯科衛生士の冨田です。
みなさんドライマウスはご存知ですか？ドライマウスとは、口の中の唾液が不足し、口腔内が乾燥する症状のことをいいます。健康な成人の場合、唾液は1日に平均1.5リットルほど分泌されます。しかし、ドライマウスになると唾液が減少し、口腔内が乾燥してしまいます。唾液の分泌は口腔内の健康維持に大きく関わっているため、ドライマウスになると様々なトラブルが現れるようになります。

★ドライマウスによるトラブル★
①むし歯・歯周病の発症リスクが高まる② 味覚が変化
③ 舌の痛み・ひび割れが発生④ 口臭が悪化
このようなトラブルが起きないように今回は予防法として【 あいうべ体操 】をご紹介します！
乾燥が気になる方は是非毎日トレーニングしてみてください！

FAX：048-816-3588

スタッフ日記

こんにちは、受付の岡田です。
毎日ほんと暑いですね。
皆さん暑さに負けずお過ごしですか?

実家でたくさん梅が取れたので、『梅シロップ』を作りました。
皆さんは梅シロップの効能が凄いことはご存知ですか?
梅の酸味成分であるクエン酸は唾液の分泌を促し食欲を促進させるだけでなく、胃液などの消化液や消化酵素の分泌も高めるので消化吸収を助けてくれます。また豊富に含まれるビタミンＥは、うなぎにも多く含まれる疲労回復成分です。 血行を改善し疲労物質を運び出し、筋肉や末梢神経に酸素と栄養分を運んでくれます。 筋肉の疲れや血行不良からくる肩こり、腰痛を緩和してくれます。
疲労回復だけでなく、疲れにくい体づくりにも効果が発揮されます。
材料が揃えば作るのは簡単です♪
是非ご家族で一緒に作ってみて下さい。

ツブヤキッター
#Dr.isida

こんにちは。勤務医の石田です。
今年の夏は暑過ぎますね…

夏休み、リュック姿のお子様とご家族を見ると、大学3年生、4年生の息子達の母としては、懐かしい気持ちになります。
長男は、無事に内定を頂き、次男は就活真っ最中、2人共文系で私と世界が違うのでまだまだ心配は尽きません。
先日、就活生の保護者向けのガイダンスにこっそり参加してきました。
会場は、心配そうな保護者でほぼ満席でした。
そのガイダンスで、3点心に響くお話がありました。
先ずは、オンラインの環境を整える事です。PCの前で面接中にうっかり掃除機を掛けてしまい、息子に睨まれたこともありました。
次に、見守る事です。言いたい事聞きたい事山盛りですが我慢です。
最後に、仕事をする楽しさを伝える事です。
疲れて帰宅し家事に追われる日々。どんな背中を見せているのか、ちょっと反省です。

今年の母の日に長男から『FEILERのハンドタオル』（ドイツのブランドで独特な織りで、ハンドタオルでも一枚¥3,000位します)を貰いました。
どうやら彼女に押されて買った様子で、心境複雑？ではありますが、素直に嬉しかったです！母のつぶやきを最後まで読んで下さりありがとうございました。