

# ちよこつと寄り道



院長の山本です

長津田駅前で歯並び専門のクリニックを開業して早一年が経過しました。

地域の皆様の歯並びへの関心の高さを感じこのたびニュースレターをご用意致しました。内容は、むし歯予防 矯正治療の豆知識 私達スタッフの日常思っている事やコラムなどを盛り込んでいこうと思います。ニュースレターを読んで頂き少しでもクリニックや私達に親近感をもっていただけなら嬉しいです。

私は開業するまで矯正専門の歯科クリニック、大病院矯正科に在籍しておりました。長い間大きな組織の中で働いているうちに、温かみのある空間で患者さんが居心地良く、そして患者さんが自然

ちよこつと寄り道

VOL. 1 2006.6.1

発行元 長津田矯正歯科クリニック

に自分の空間と感じられるクリニックを作りたいという気持ちが強くなり開業を決心しました。

「一日三組限定の宿」のようなイメージでゆったりとした気持ちでまた楽しく通院して頂ける様心掛けていきたいです。

私は小さな旅や散歩が好きなので近郊でまる秘情報がありましたら今後ご紹介していきますね。散歩で少し立ち止まった時、寄り道した時、新しい発見や小さな幸せがありますよね。ニュースレターのタイトルはそんな私の趣味の散歩にちなんでつけました。

これからもどうか宜しくお願いします。

次号の発行は、秋頃予定しております。

矯正豆知識 改良 進化する矯正ワイヤー

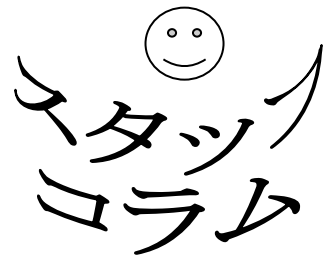
矯正は痛いのではと心配する声をよくお聞きします。以前は私もそう感じる事がありました。しかし、今はお子様ではほとんど痛みなく大人の方でも痛みの少ないワイヤーが開発され患者さんはもちろん私達も助かっています。

## プラークのお話

みなさん、プラーク（歯垢）とは何か知っていますか？  
そう、歯に付いている白いネバネバしているものです。プラークは食べかすと思っている方もいらっしゃるかもしれませんが、実は、プラークの約70%は、ばい菌（細菌）なのです！

つまりプラークは、ばい菌のかたまりなのです。そのばい菌の種類には、むし歯菌と歯槽膿漏菌があります。プラークを顕微鏡で覗くと、ばい菌がいっぱいいて、うじゃうじゃと動いています。想像すると、ちよこつと怖いですね。驚かせてごめんなさい。

みなさん、プラークはしっかり歯ブラシでこすぎ落としてくださいね。しかし、普段はなかなか見にくいプラークなので、時々染め出し液（赤染め）を使用することをお勧めします。購入場所や使用方法が分からない方は、スタッフに声をかけてくださいね。  
むし歯は、むし歯菌の量、歯の質、唾液、間食の頻度などが関連しています。次回以降、むし歯予防のお話をします。



こんにちは！ クリニック

コーディネーターの白石です。

歯のこととはまったく関係はないのですがこれを読んで少しでも親近感を持つていただけたら嬉しいです。

今回は私の好きな事についてお話をしようと思います。といっても色々ありますが、今回は温泉をテーマに書いてみました。

私は最近、温泉に行く事が大好きで月に1〜2回帰りや一泊で近場の熱海などに行ったりしています。5月は母の日ということで家族と来宮という所に行ってきました。

その前のお休みには友人と二人で桜木町にある万葉の湯に行ってきました。

近場なので行った方もいらっしやると思いますが、行った事のない方にはお

勧めです。私が行った日はとてもお天気が良かったので露天風呂から見える景色が綺麗でとても気持ち良かったです。その中でも塩のサウナがあり、入った後はお肌がツルツルになりました。また次のお休みにはどこへ行くかと悩んでいます。どこかお勧めがあれば教えて下さいね。

はじめまして

歯科医師の山本 晶子です。

今回は記念すべき第一回目ということで、自己紹介させていただきます。

私は、少しシャイですが、好奇心旺盛な子供でした。動物や体を動かすことが大好きで、当時あった家の近くの裏山で毎日駆けずりまわっていました。(笑)

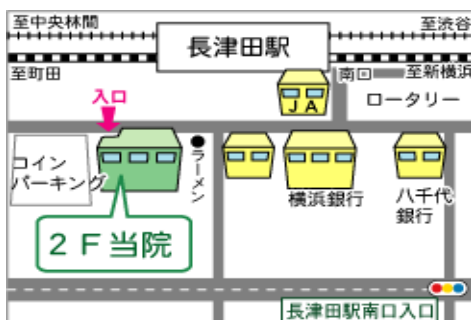
小学生の時は、ナイチンゲールに憧れて看護士になりたいと思っていました。その後もずっと医療系の仕事に興味があり、歯科大学に入学しました。大学入学後の話しは次回にいたします。

ちなみに趣味は、クラシックバレエ(初心者ですが、大好きです。)と、院長と同様お散歩です。

長津田矯正歯科クリニック

045-986-0363

<http://www.nagatsutakyouseiishika.com>



診療日

火・水・金 11:00~19:00

土・第3日曜日 10:00~18:00

休診日

月・木・日(第3日以外)・祝祭日

〒226-0027

横浜市緑区长津田5-2-67 鈴木ビル2F