歯科衛生士は歯っぴー通信 第1号

「歯っぴー通信」の発行にあたって

私たちは皆様のお口の状態をより良い状態に保つだけではなく、定期健診を通じて、皆様自身がお口の健康を維持できるよう、お力になれればと考えています。

健康でいきいきとした楽しい人生を送るためにも、お口の健康の大切さをもっと多くの皆様にお伝えしたい、そんな思いから誕生しました。

この「歯っぴー通信」が皆様との架け橋になればとスタッフ一同願っています。

ところで、歯科衛生士ってご存知ですか？

看護師さんなどと同じように、国から認可される医療職で専門の教育を受けて国家試験に合格することで得られる資格です。

口の中の病気や予防についての相談にのったり、虫歯や歯周病の状態を知るための検査をしたり、フッ素を使った予防や、歯石を取るなどして口の中を清潔にする。ブラッシングの方法をアドバイスする。など、治療や予防についての仕事をしています。

歯科衛生士自己紹介

歯科衛生士
澤　美千代

福嶋歯科医院に勤務して早八年がたとうとしています。開業以来、定期健診にいらっしゃっている方はもちろんのこと、今までかかわってきたすべての方達に、私自身が育てていただいたように思います。

さて私、実家に帰れば、いくつになっても子供であったり、妹であったりするのですが、その他にも私にはたくさんの顔があるようです。妻、母、嫁、隣の奥さん、○○ちゃんのお母さん、そして歯科衛生士。この歯科衛生士、気が付けば私の人生の中で、子供、妹と呼ばれるのに次いで、長くお付き合いする顔となりました。

診療室での、ほんのわずかな時間のかかわりを通して、生活にかかわり、成長にかかわり、そして、ほんの少しではあるものの皆様の人生へかかわることができる仕事なのだと、今しみじみ感じています。

これからも皆様を励まし、癒し続けたいと思っています。そして、そのときどきに、その方に合ったアドバイスができればと考えています。

どうか、目尻の深いシワなど気になさらず、気軽に声を掛けてくださいね。

歯科衛生士
村田　さゆり

今後の目標

予防と定期健診に力を入れていく！

私が予防歯科と出会ってから三年になろうとしています。習慣化された正しいお手入れと定期的な健診で、いくつになってもお口の健康が守られる、予防とは本当に素晴らしい事なのだと皆様を通して実感しました。お口は生きる物すべての営みの源です。皆様のお手入れの支えとなれるよう、これからも技術と知識に増々磨きをかけ、「今日は来て良かった。」と皆様に満足して頂き、私の周りの人達に感謝の心を忘れずに頑張っていきたいと思います。

わが家のアイドル、うさぎのウーちゃんです
村田

歯科衛生士
西村　久美子

歯科衛生士になってから、ようやく一年になります。そんな新人の私も、やっと落ち着いて仕事ができるようになってきました。

私の雰囲気は、一見ほわ～っとしているように見られることがありますが、実は、好きなことに関しては、とっても熱い性格なのです。

この性格を生かして、中学生の時からの夢だったこの仕事で頑張っているところです。

そして日々、先生や先輩方、皆様から、たくさんのことを学んで、信頼される歯科衛生士になろうと努力しています。

そのために、もっとテキパキと判断、行動ができたり、皆様の気持ちを汲んで、不安や緊張を取り除くことができるような人間性と技術を磨いていきたいです。そして皆様の健康を守っていきたいと思いますので、どうぞ宜しくお願いします。

受付からのご挨拶

受付　宮本　緑

当歯科医院に勤めはじめたころ、院長にお口の中の全体治療をしていただきました。

その時から二十年近く経ちますが、現在も自分の歯で食べることができています。それは、定期健診を続けてきた結果です。私の場合は一か月間隔で、歯科衛生士の「魔法の手？」によるクリーニングを受けていますが、それと同時に、日々の自分自身による、正しいお手入れの積み重ねの結果でもあると思っています。

最初はお口のケアーが、それほど大切な事だという認識がなく、簡単に考えていました。しかし、その重要性が分かっている現在では、自分の体の中で最も意識して、管理している箇所になっています。

皆様にも、現在のご自分の歯を維持管理して頂きたいという思いで、定期健診など、数々のお尋ねに対して、受付の立場からお答えしていきたいと思っています。皆様から教えていただくことも数多くあります。どうぞこれからも、様々なお話をお聞かせください。

ながーく咲き続けますように！
撮影 受付 宮本

歯っぴー豆知識コーナー①

＝ブラックについて＝

＊ブラックって何？＊

私たちのお口の中には、ストレプトコッカスミュータンス（むし歯菌）、ポルフィロモナスジンジバリス（歯周病菌）を初めとするたくさんの細菌がいます。

これらの細菌は、お口の中に入ってきた食物中の糖分や炭水化物といったものを栄養とし、二四時間かけてネバネバとした物質を作り出し、歯の表面にべったりと付着します。その一mg中には、なんと約二五億もの細菌がいるといわれています。これがプラック（歯垢）つまり細菌の塊なのです。

プラックは酸を作り、歯を溶かし（脱灰）、更に進行すると歯に穴を開けむし歯となります。また毒素を出し、歯肉に炎症を起こし腫れたり、出血したりします（歯肉炎）。更に進行すると歯を支えている骨が溶かされ、支えのなくなった歯はグラグラと動いてきます（歯周病）。

つまり、むし歯や歯周病を予防するには、このプラックを二四時間以内に一回徹底的に、歯ブラシとフロスを使い、機械的にこすり落とすことが必要になります。

そのために、正しいお口のお手入れの方法を、私達歯科衛生士が指導いたします。そして、その方法をマスターして頂き、生活習慣に取り入れ、継続して下さい。

そうすることによって、あなたが、ご自分の歯を、ご自分の手で守ることができるのです。

イラスト：　歯科衛生士 村田

歯科衛生士「歯っぴー通信」発行のあいさつ

院長　福嶋　佑二

この度、歯科衛生士による通信が発行されることになりました。皆様の歯の健康を、定期健診により守るのは歯科衛生士の仕事であり、歯科衛生士の思いを伝えたり、皆様との交流の場になればと、この通信の発行を考えました。

福嶋歯科医院は、昭和五四年の開業以来二七年にわたって、定期健診によるメインテナンスを行ってきました。定期健診を継続的に受けておられる方は、本当に良好な成果を得ています。

昨年、国際歯科シンポジウム『メインテナンス・ルネッサンス』が東京で開催され、三十年間のメインテナンスの結果、ほとんど歯が失われることがないというデータが示されました。定期健診率は、スウェーデンでは九十%、アメリカでは八十～五十%、日本では三%です。定期健診は、先進国では常識です。『歯を失うのは、定期健診をしないから』というコメントもあります。

日本で、鳥取で定期健診が常識になることを願っています。

今後、この通信が、皆様の健康の向上、また皆様とのコミュニケーションの場として役立つことを期待しています。ご意見、ご感想をお気軽にお知らせ下さい。

福嶋歯科医院
〒680-0831
鳥取市栄町609
加藤紙店ビル5F
TEL 0857-24-7272
FAX 0857-24-7262
Email fuku-y@hal.ne.jp
URL http://www.hal.ne.jp/fuku-y/