

月刊加藤新聞 3号



笑顔セミナー開催

二月二十二日、講師に笑顔セラピストの諏訪ゆう子先生をお迎えして笑顔セミナーが開催されました。

患者さんと一緒に二時間、為になる楽しいお話を聞くことが出来ました。



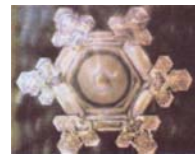
諏訪先生から教えて頂いたのは「作り笑顔。嬉しいとき、楽しいときに笑うというのは誰でも出来る事です。しかし、辛いとき、悲しいときから笑顔をするのは無理な事です。でも、人間関係を良くする為に口角を上げるのです。これが、形から入る笑顔です。心は後からついてきます。これは練習をしないと出来るようになりません。笑顔のツボ

目尻から五〜六cm下がって、目の下の骨の下辺りに指が収まるところ、そこが笑顔のツボです。そのツボを軽く押さえて口角をUの字に上げる。その時にツボが動いていることを確認する。口角を上げたまま挨拶できるのが形から入る笑顔です。この上げる（笑顔）下げる（真顔）を一日三十回×三ほどして表情筋を鍛えます。ポイント

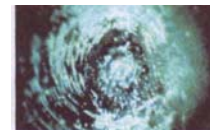
は笑顔と真顔にメリハリをつけることです。笑顔のツボは若返りのツボでもあり、刺激していたら若返りホルモンがドバドバ出てきて顔が勝手に若返ってきます。

言葉の力

二本の精製水の入ったビンの片方には「ありがとう」の文字を、もうひとつには「ばかやろう」と貼り付けて一日置いてから凍らせて結晶にしました。「ありがとう」の水は凄く綺麗な結晶が出来て、逆に「ばかやろう」の水は凄く汚い結晶が出来ました。



ありがとうの結晶



ばかやろうの結晶

人間は六十〜七十%が水で出来ているので、不平不満を言ったり聞いたりしているとドロドロの結晶になってしまい、ドロドロの現象を引き起こします。これを共鳴現象といいます。どうせ引き起こすなら良い共鳴現象を引き起こしましょう！

聞きに来られた患者さんの感想

・笑顔セミナーの言葉に魅せられて出席させてもらった。笑顔って自分自身の心の持ち方もさることながら相手の人や物を思いやる気持ちだということを教えられた。

・講師の方がとても感じよく人を緊張させない話し方であった。何より時間五分前におられるところがさすがプロだと思いました。



根の治療中の患者さんへ

「根元の治療」「根元のお薬の交換」で何故こんなに通わないといけないの？と思っている方がいらつしやるかもしれませんね。根の治療は将来、問題が発生しないよう細菌に対しての様々な配慮が必要で、時間がかかります。根元はすぐにはよくなりません。

難しい根の治療ですが、成功すれば歯を失わずにすむ大切な治療です。

悪い歯を抜いてしまえば歯科医師にとつてこんなに楽なことはありません。しかし、根元も大切な歯です。なるべくなら、皆さんに自分の歯を残して頂きたいのです！最後まで治療にお付き合下さい。

二月十四日はバレンタインデー

という事で十三、十四、十五日の三日間「歯医者さんが作ったキシリトール100%チョコレート」を配りました！

意外に患者さんに喜んで頂けて、配っているこちらのほうが嬉しくなりました。

このチョコレートはスーパーなどで売っているチョコレートと違って、なんとむし歯予防が出来るんです。

①歯が強くなる

キシリトールは唾液の分泌を促し再石灰化を促進します

②むし歯の予防

キシリトールはむし歯の原因となる歯を溶かす酸を作らせない上、歯垢内のむし歯菌を減らす働きがあります

③天然素材だから安心

キシリトールは天然の甘味料。野菜や果物にも含まれています。甘さは砂糖と同じですが、カロリーは砂糖の四分の三

最も効果が高いのはなんと

夜の歯磨きのあとなんです！

歯磨きのあとに一粒お口に入れて、ゆつくり溶かします。なるべく嚙まないようにします。この方法が続いていると歯質が強化され、むし歯になりにくくなってきます。その上、歯周病の予防にも効果が期待できます。

「歯医者さんが作ったキシリトール100%チョコレート」は加藤歯科で販売しております。詳しくは受付までお尋ねください。



1袋20粒入り 840円

キシリトールは甘味料の価格としては砂糖の10倍なので、ちょっと高めですがWHO（世界保健機構）の実験結果がみとめる「歯の健康の守り手」です

ちよつと織田信長の問題

①鉄砲を効果的に使って甲斐の武田氏を破った戦いをなんというか

②安土城を築き、商工業を盛んにするために関所を廃止し、旧来の特権を廃止した。それをなんというか



答えは裏に

お知らせ

三月五日(月)は院長研修の為

休診させて頂きます

加藤のスタッフルーム

「今週の輝いていた人」紹介

二月九日の今週の輝いていた人
・伊織優理さん
受付を頑張っているから。これから頑張れ！



二月十六日の今週の輝いていた人
・加藤洋子さん
最近はいろいろなことをやり始めて頑張っているから！



新月＆満月情報！

新月や満月の時に計画を実行したり、物事を終わらせて次を始めたりと月のエネルギーを受けて成長が出来るらしい。何かを始めようと思っているのなら、新月や満月に始めてみませんか？

三月四日ー満月

三月十九日ー新月



- 織田信長クイズの答え
① 長篠の戦い
② 楽市・楽座

加藤スタッフ+先生に聞きました。

「今、はまっていることは何ですか？」

☆娘のテニス観戦 髭親父 太田俊介

☆オンラインRPG 大森圭一郎

☆三度寝 岡大輔

☆ドリフト 野村佳代

☆車の運転 河野さやか

☆自転車に乗ること、それと街頭で配っているポケットティッシュをもらうこと 作本優子

☆一人鍋に牛乳を入れる 奥田友美

☆こたつ 伊織優理

☆「24」を見ること 太田百威

☆タマゴかけごはん 一日一回必ず食べています 加藤洋子

☆ペン習字 加藤彰



「ベスト・パートナーになるために」

著者 ジョン・グレイ
訳 大島渚
出版 三笠書房

彰先生の解説

男は火星から、女は金星からやってきたとする面白い発想から語られた男女のベストパートナーになるためのエッセンスがぎっしり詰まった素晴らしい本です。
“相手が何を考えているかわからない”と悩まれているあなた、私のようにあの時これを読んでおけばと落ち込む前に、是非、買って読んでみてください。目から鱗間違いなしです。

あとがき

加藤新聞を最後まで読んでくださりありがとうございました。
なんだかんだで加藤新聞三号目なんです。時間が経つのは早いです。また色々新しい企画を考えていますので、四号も楽しみにしておいて下さい。
それでは、また四号でお会いしましょう。

加藤歯科

ホームページ

見てね！

www.kato.or.jp

彰先生のおススメ図書のコーナー