

加藤新聞

十七号



五月になりました。だいぶ暖かくなってきましたね。

さてさて、四月から加藤歯科のスタッフの奥田さんが衛生士学校、作本さんが技工士学校に通っています。せっかくなので、意気込みを聞いてみたいと思います。



奥田友美

加藤歯科で働き始めて丸二年が経ちました。今までは助手でしたが、四月から衛生士になるための専門学校に通いだしました。以前も、ここに入ってからですが『行こうかな・』と悩んでいた時期があったのですが、お金かかるし・今から三年って大変だし・など考えていて、踏み切れませんでした。しかし、衛生士の友人や先輩を見ていてやっぱりかっこいいなあと思ったり、何より諦めきれず、今回は踏み切ってみました。一日考えて、決めました。(たった一日!?)と突っ込まれそうですが)

今は毎朝早朝に起きて頑張って学校に通っています。学校が終わった後、毎日では

ないですが、こちらでアルバイトをさせて頂いています。

忙しい毎日ですが、すごく充実しています!六歳年下の人たちと一緒に勉強していますが、学校はすごく楽しいです。環境が変わると自分も変わるものだなあと思います。親や祖母に迷惑をかけながら学校に通っているの、良い成績をとって『行かせて良かった』と思ってもらえるようにしたいです。この新聞を編集している作本さんも今、技工士学校に通っていて、三年後には一緒に卒業です。お互いにいい刺激を受け合いながら頑張ります。これから楽しみです。自分の将来も楽しみです。

作本優子

こんにちは、作本です。私は今まで二年三ヶ月、診療室で歯科助手として働いていましたが、どうしても歯科技工士になってくって頑張ってお金を貯めて四月から学校に通っています。学校は夕方からなので、十六時半まで技工室で仕事をさせてもらって十七時から授業を受けるという生活をしています。

よく、周りから「大変やね」なんて言われるけど、好きなことをしているので全く大変ではないです。毎日が楽しくて仕方がないです。ただ、給料が今までの半分になるので、今後学費をきちんと払っていかれるかが心配です……。まあ、何とかします。

もし、患者さんの中で「最近、もじやもじや頭の眼鏡の人」見ないなと思われた方がいたら、仕事を辞めたわけではなく、技工室に移っただけなので、ご安心を……?

入れ歯を入れられている方へ

毎晩就寝前に入れ歯を外して、入れ歯のブラッシングをしましょう。
ブラッシングには入れ歯専用ブラシか柔

らかめの歯ブラシを使います。入れ歯も使っていると自分の歯と同じように歯垢が付着します。プラークはヌルヌルとした細菌のかたまりで、洗浄剤だけでは簡単に落とすことはできません。汚れた入れ歯は肺炎を起こす原因になることもあるのです。また、ブラッシングの歳には歯みがき剤は使わないで下さい。歯みがき剤の中には通常「研磨剤」が入っています。研磨剤が入れ歯の表面に傷をつけてしまいます。また、高温のお湯は入れ歯のゆがみの原因になるので、使わないで下さい。ブラッシングの後、入れ歯洗浄剤や水につけるなど湿った状態で保管してください。乾いた状態で保管していると変形する原因になります。

食事を美味しく頂くための大切な入れ歯です。清潔に丁寧に使って毎日美味しく過ごして下さい。

新しい仲間が増えました。



四月十四日、私の兄の記念すべき三十回目の誕生日から加藤歯科で働くことになりました。松下麻里子です。以前は某レンタル店で洋画担当として日々面白そうな作品を探していました。この知識もいづれ皆様とお話する中で生かせたら……。でも今は新たな「歯科」の知識をつけ、少しでも多くの患者様とお話し、不安を取り除くお手伝いができるように勉強していこうと思っています。まだまだわからないことだらけでオロオロしている私を、もうしばらく暖

かい目で見守って頂けると嬉しいです。宜しくお願い致します。

ビタミンDのはなし

ビタミンDは皆様ご存知のように、骨代謝には欠かせない栄養素ですが、近年の研究にて、次のようなその他の効用も明らかになってきています。

- ・免疫機能増強・癌の予防、風邪の予防
- ・動脈硬化、心臓疾患予防
- ・糖尿病予防、メタボ対策
- ・精神疾患なかでもうつ病予防
- ・死亡率の減少

サンシャインビタミンとして知られるように、ビタミンDは日光照射によって皮膚でつくられますが、食品からビタミンDを補うには何を食えばよいかご存知ですか? 大多数の方が、干し椎茸を思い浮かべますが、医学的にはちよつとずれています。

人間が必要とするビタミンDはD3と呼ばれる動物性のビタミンDであり、干し椎茸のビタミンDはD2という植物性のビタミンDになります。D3を補給するためには魚を食べることが最も効果的です。

歯科の領域でも骨の健康は重要なテーマであると思いますが、今最もホットな話題がこのビタミンDであるといっても過言ではありません。

ビタミンDが充分摂取出来ているか、否かを知るには血液中の濃度を測定することが唯一の方法です。一定の血液中濃度を維持できていない場合にはサプリメントによる補充が勧められています。

日本人では男性で二十五%、女性で四十二%がビタミンD不足というデータも出ていますので、皆様も一度ビタミンDレベルをチェックされること、おすすめします。

伊織さんが結婚しました！

昨年九月に加藤歯科を退職した、伊織優理さんが四月十九日に門司港ホテルで結婚式を挙げました。もう、私たちは始めから最後まで感動して号泣していました。伊織さん綺麗です♡お幸せに♡♡♡



今月のコラム

今月は、桑野さんのコラムです。

こんにちは、七歳の娘と五歳の息子を
持つ、今年三十六歳になる桑野です。

七年ぶりに加藤歯科に復帰し、早四ヶ月が過ぎようとしています。先生から与えられた課題はどれも責任があり、日々、子供が寝付いた後、夜遅くまで勉強や資料作成などしています。時々弱音を吐いてしまふようになりますが、加藤歯科のため、患者様のためと思うと弱音などはいっている暇はありません。毎晩机の上に資料を広げたり、パソコンで色々調べている私を見て主人が「何で家に帰ってもそんなに仕事するん?」ただのパートやないん?」と言っていました。最近悩みながらも生き生きとしている私を見て「お前良かったな」と言ってくれてとても嬉しかったです。

さて、七月三日に一階ラッシュングルームがオープンする予定ですが、完全予約制、担当制で行っていくので患者様一人ひとりに合った診療内容で満足してもらえる様、スタッフ一丸となり着々と準備しておりますので楽しみにしてください。

スタッフ十先生に聞きました。

「自分が始めて働いて貰った給料何に使ったか覚えてますか?」

- ・貯金(大先生に貰った) 岡 大輔
- ・生活費 河口 弘幸
- ・妹に何か買ってあげて様な気がします 河野 さやか
- ・大阪に遊びに行った 作本 優子

給料安すぎて自分の生活費でいっぱい
いっぱいでした。ごめんなさい。

加藤 洋子

・お父さんに小銭入れ

お母さんにパールのイヤリング&私と
共用する指輪

おばあちゃんにすき焼き用のお肉代
(笑)

自分に指輪 デス! 中角 小夜

・大昔の話なので、何に使ったか覚えて
ないですけど、親に何かプレゼントし
たのは確かです。 桑野 あや

・自分に服♡家族でごはん

・貯金しました。 愛屋 ひとみ
・ケーキを買って、皆で食べたと思いま
す・・・たしか・・・ 浜崎 朋美

・自分磨き! シヤア・アズナブル
・借金返済 加藤 彰

松下 麻里子

お知らせ

五月十七日(土)は

院長研修の為休診いたします。

加藤歯科医院ホームページ



www.kato.or.jp

彰先生の今月の

おススメ図書のコナー



【カリスマ体育教師

原田隆史の特別講義

夢を絶対に実現させる方法!

彰先生の解説

今月のおススメは各地で忙しく講演活動
をされているカリスマ体育教師、原田
隆史先生のDVD付の本「夢を絶対に実
現させる方法!」です。

公立中学の陸上部で何と日本一の選手
を七年間で十三回輩出したという彼が、
成功法則を分かりやすくコンパクトにま
とめた本です。五十七分のDVDも very
goodでした。特にお子さんのいらつしや
るご両親、部下や生徒をお持ちの方には
おススメです。

あとがき

今月も加藤新聞を読んでいただきあり
がとうございます。今月も中々充実した
内容になったのではないかと思います。
今月号に色々詰め込みすぎたので来月号
が心配ですが、まあ、先生が何とかして
くれると思います。ですよね?
来月号もお楽しみに!