

やっど秋しくなりましたね



令和7年 10月号 はな歯科通信



東京医科歯科大学連携医
麻布十番 はな歯科
HANA * DENTAL CLINIC

TEL : 03(6453)6033
FAX : 03(6453)6034
訪問歯科ご依頼の際は
いつでもお電話ください



気持ち良かったー♪

医療理念は「心にタッチする医療」です



お届けものでーす🐱

お役立ち情報満載



今月のテーマは「歯についての思い出 その②」です

古屋先生、本吉さん、原さん、お願いします



院長の想い 小川綾子



歯についての思い出
その②

無事国家試験を経て、研修医をしつつ世界的に有名な先生のところでアルバイトをはじめた話です。

最近の働き方改革で、上司との飲み会などコミュニケーションも減ってきているので賛否両論ありますが、私は尊敬する先生と食事を一緒にすることは大好き。講演会で何万円もする内容をタダで聞けるのです(せこいですがね、)。

お酒が入ってくると、どんなに完璧な症例を出している先生でも、人間なので必ずトラブルや失敗例はあるので1番勉強になります。そんないい思い出ができるのは若いうちだけ。若い子先生方には老害のようで申し訳ないですが、後世に伝えていきたい事実です笑

そんなわけで、はな歯科自体は一般歯科ではありますが、院内治療、とくに難症例などはそ

の分野の第一人者、または信頼できる先生をご紹介できることが1番の強みだと思っています。話は変わりますが下の前歯の先端がギザギザしている人はいらっしゃいますか？



これは病気でなくてもなんでもなく、自然な形です。自費の前歯の被せ物を作る時は、数ミリづつ色調、透明感を出すセラミックを手作業で重ねます。隣の歯と馴染むように、繊細な色調整が必要なのですが、このマメロンが隣の歯にある方は、ギザギザ間の透明感を出すためにほんの0.3ミリくらい紫色の着色材を置くんですよ。紫って！初めて知った時は感動しました。(院長 小川)

唾液誤嚥のリスクがある方へ 唾液吸引用のマウスピース。 ずれないので快適です



摂食嚥下リハビリテーション学会にきました in 横浜パシフィコ

いつも嚥下機能評価でお世話になっている
東京科学大学の准教授
中川先生と記念撮影



いつもありがとうございます

吉崎先生

中川先生



フルヤ ナナエ
古屋 七重

歯の話その②

学生時代を含めるともう20年ほど、ほぼ毎日歯のことを考えているわけですが改めて歯の話、となると意外に浮かんでこないものです。

あれこれ考えてみましたが、今回はオススメの口腔ケアグッズのお話をしたいと思います。

私は毎食後の歯磨きの後にフロスもするようにしています。フロスってめんどくさい、とか難しい、というイメージがあるかもしれませんが、フロスを使うと簡単にフロスを通すことができます。それはバトラー社製のフロスホルダーです。東急ハンズなどに売っています。

真ん中の丸い部分にフロスを3回くらい巻きつけ、ピンと張って、また真ん中で3回くらい巻きつけて私は使っています。

このメリットはフロスがたわんだ時もう一度巻き直せること、ほつれた時はもう一度巻き直してひとつ隣のほつれていない部分を使うことができることです。



いろんなメーカーのフロスホルダーを試してみました。どこか尖っている部分がある中に当たったり、フロスをピンと張っている部分の幅が狭くて使いにくかったりして、今のところバトラー社製がダントツです。

もうひとつオススメのものは、オーラルケア社製の fluorfloss（フロアフロス）というフロスです。Amazonなどで購入できます。

やや値段は高めですが38本もの繊維を束ねて作られており、汚れをしっかりと絡め取ってくれてほつれにくく、ほとんど切れません。



ちなみに私は朝、昼はフロスホルダーを使ってササッと、夜はフロスを指に巻きつけて隅々までしっかり通すようにしています。

機会があったら一度使ってみてください。スッキリ感にハマるかもしれませんよ。

（歯科医師 古屋）



luminance dental jewellery®

黄色とオレンジのグラデーションのタッセルにエジプトロータスを合わせました。裏もデザインが違ってリバーシブルで楽しめます。



luminance dental jewellery®



luminance dental jewellery®

これ1つで田んぼをイメージしています。（お客様が米作りをしているため）田んぼの上に月と太陽が昇り、稲妻とともに雨が降り、黄金のお米ができる、という1連のサイクルを表現しました。

三角モチーフとピラミッドを組み合わせました。あえて不規則に三角を配置することで揺れる度にキラキラ感が増すようにしています。



luminance dental jewellery®

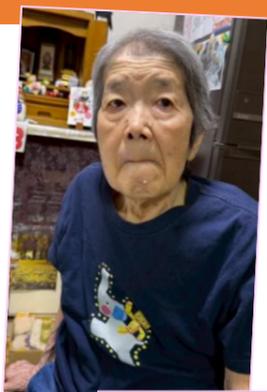
うれしい

たのしい

だいすき



患者様のご家族の手作りやわらか食！



かわいいフリントのTシャツ
また見せてください♪



夫婦人形を見せていただきました
代々引き継がれたかなり古いものとのこと



これ全部やわらか食なんですよ

- ・えびしんじょ
- ・ホタテごはん
- ・フレンチトースト
- ・かぼちゃスープ
- ・シャケのつぶした物

気になるメニューがあればお問合せください

摂食嚥下リハビリテーション学会の
展示ブースにて



嚥下食のおせち
昆布巻きとかもほこを試食しましたが
かなり良くできていました！
頼みたい方はご紹介いたします。



シーズン序盤「安定の野球」を体現したのは5年目の村上頌樹投手です。
開幕戦では9回2アウトまで13球を投げて無失点の力投。5月には2試合連続で完封勝利を挙げ、など圧巻の成績で月間MVPを獲得しました。

球団創設90年の節目のシーズン、新たに指揮官に就任したのはかつて絶対的ナリリーフとして活躍した藤川球児監督でした。就任会見で「3点取ればゲームを終わらせてくれる『安定の野球』」を掲げ一奪還へ意気込みを示しました。

2025年9月7日、史上最速でセントラル・リーグ制覇を決めた阪神タイガース。他チームを寄せ付けない戦いぶり、歴史的な独走劇を見せた。
9月7日の優勝決定は2リーグ制となった1950年以降で最も早い日にちとなりました

7度目のリーグ優勝！！
阪神タイガース、2年振り



さらに藤川監督が「チームの心臓」と重要視するリリーフ陣も盤石でした。課題のコントロールを改善した24歳の及川雅貴投手と、4月5日以降、無失点を続ける石井大智投手。さらに国指定の難病「胸椎黄色じん帯骨化症」の手術を受けた湯浅京己投手も4月に復帰し、17試合連続無失点と序盤のチームを勢いづけました。

「安定感」は打線にもありました。1番・近本光司選手と2番・中野拓夢選手が高い出塁率に加え、盗塁やバントで確実にチャンスメーカー。3番・森下翔太選手、4番・佐藤輝明選手、5番・大山悠輔選手の中軸3人が勝負強いバッティングで得点につなげる攻撃パターンが定着しました。

それでも、石井投手が復帰した7月上旬には、再び上昇気流に乗り、17勝5敗と大きく勝ち越します。7月30日には優勝へのマジックナンバー「39」が点灯しました。

阪神タイガースファンの皆様、おめでとうございます
(歯科助手 大石)

7月以降、3連敗は一度もなく、最後まで「安定感」を発揮し続けた阪神。2リーグ制になって以降、日付の上では最も早く、2位に17ゲーム差をつける圧倒的な強さで2年ぶりのリーグ優勝を果たしました。

主力組も調子を落とすことなく、才木浩人投手は後半戦、負けなしの5連勝。昨シーズンまで好不調の波が大きかった佐藤選手も打点・ホームランでリーグトップを独走しています。

疲れが出てくる夏場には主力を休ませる試合も見られましたが、その中で起用された若手や中堅が結果を出します。
5年目の高寺望夢選手や、8年目の熊谷敬宥選手などが攻守に躍動したほか、育成出身のルーキー、早川太貴投手も初勝利をあげ、層の厚さを示しました。



「むし歯リスクは間食だけじゃない？」
調味料で変わる歯の健康」

私はありがたいことに、これまで歯に大きなトラブルを経験したことはありません。多少、歯みがきが疎かになることがあっても、むし歯や歯周病で悩んだことはほとんどないのです。患者さんから「うらやましい！」と言われることもありますが、これは決して努力だけのおかげではなく、生まれ持ったリスクや環境の影響が大きいのだと思います。実際、どんなにしっかりと磨いてもむし歯になりやすい方はいらっしゃると思いますよ。

私の実家は料理がとてもシンプルで、母は「料理が苦手」と公言していたので、味つけ

は塩こしょうや醤油、ポン酢めんつゆといった簡単なものばかりでした。小さい頃からそんな食生活だったせいから、今でもシンプルな塩こしょうのお肉や、めんつゆだけの煮物が一番おいしいと感じます。調理も楽でコストも良く、今ではありがたい習慣だと思っています。ちなみに2歳の子どもの塩こしょう派で、今のところお砂糖なし生活を続けられています。

一方で、数年前に知り合いのご家庭でしばらくお世話になったことがありました。ここでは昔ながらの“おばあちゃん味”が基本で、煮物には砂糖やみりんをしっかりと使い、甘辛い味つけが当たり前でした。私の家ではふきのとうをめんつゆだけで煮ますが、そのご家庭では必ず甘辛く仕上げる、といった具合です。お餅も、私は醤油だけ派ですが、そのお家では砂糖醤油。とても健康志向で、無添加の調味料や手作りの味噌、米粉パンまで自家製という徹底ぶりでした。それでも、お口の健康面では少し意外なこ

とがありました。歯みがきは丁寧で、3カ月ごとのメインテナンスも欠かさないので、ご家族にはむし歯や治療歴が多く、インプラントを入れている方もいらしたのです。

一方、我が家は正直に言うと歯科医院にほとんど通っていません（本当は良くないのですが：笑）。それでも兄弟を含めて治療歴はごくわずか。生活習慣や食事のバランスは決して理想的とは言えないのに、なぜこんなに差があるのだろうか？と不思議に思いました。そこで私が考えたのは「甘味の使い方」の違いです。むし歯の原因といえはお菓子やジュースなどの間食を思い浮かべがちですが、実は普段の食事の調味料も大きく影響するのではないのでしょうか。甘辛い味つけや砂糖醤油など、日常的に砂糖を使う習慣があると、食事の回数分だけ糖に触れる時間が増えてしまいます。

活用などの基本的なケアに加えて、調味料の甘さにも目を向けてみてはいかがでしょうか。小さな工夫が、未来のお口の健康を守る大きな一歩になるかもしれません。

（歯科衛生士 本吉）

子供の2歳の誕生日は
ケーキなしのかわりに
アンパンマンプレートを作りました

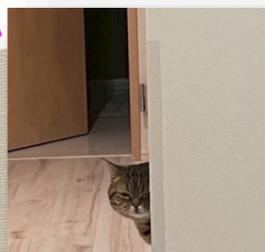


どれもお砂糖なしです！
（厳密にいうとめんつゆもお砂糖入ってますが。。）



本吉さんの愛猫は「スコティッシュフォールド」
だそうぞうです

小川院長の愛猫のモピーくんも スコティッシュフォールド
なんですぞ





歯科衛生士の櫻井さん
今年の夏は押し活で大忙し



デカキングはぬいぐるみを
手に入れた!



犬派なの?猫派なの?
どっちなんだい?
パワー!



宮城先生は念願の
ちいかわパークへ



お盆休みの頃になると時々思い出す事があります。まだ自分が20代の頃の、お盆休みの最中の出来事です。

ある朝突然、歯が痛くなり始めました。しばらくは自宅に有った痛み止めの薬を飲んで我慢していましたが、全然治まりません。それどころか、痛みはだんだん増すばかりです。そこでしかたなく覚悟を決めて、歯医者さんに行くことにしました。そして、近所の歯医者さんを探し始めました。



歯についての思い出

ところが、いざ探し始めてみると、お盆休みの最中なので当然、殆どの歯医者さんは休みでやっていません。やっとのことで見つけて、そちらに行くことにしました。その歯医者さんは駅近ではなく住宅街の真ん中にあり、自宅からは少し離れています。ですから、特に用事がなければ行くことも無く、自分にとっては全く縁のない立地でした。確か、子供向け中心の歯医者さんだったように思います。そちらに伺って処置をしてもらい薬を処方していただくと、しばらくしてやっと落ち着きました。

診察をしてくださった男性の院長先生は、柔和でとても優しい方でした。この方ならば小さな子供でも怖がらないし、説明もとてもわかりやすく丁寧なので、こういう歯医者さんが近くにあって安心だなあ、と考えたのを覚えています。小児歯科が専門の先生でいらっしやいましたが、一般歯科の診療もされていました。その後、私から先生の話聞いた祖母も、そこで診てもらいたいと言いついで通い始めました。自宅から近くはなかったのですが、信頼できる先生だと、とても気に入りました。自分が車で送迎する形で何年も通っていました。さらに祖母から話を聞いた母も、通院するようになりしました。きっかけはそんな感じだったので、後にその街から引越すまでの間はずっと、そちらの歯科医院に家族でお世話になりました。

(事務局長 原)



左と右で違う所を5個探してみましよう！

難易度 かんたん ★★☆☆☆☆☆☆ おずかしい



前回の答え合わせ



- 1 サングラスになっている
- 2 ポケットがない
- 3 フルーツの大きさがちがう
- 4 イチゴになっている
- 5 入れ歯が置いてがある

保険証確認の際、マイナ保険証をお持ちの方で、紙の保険証もお持ちでしたらご用意をお願いします。
お持ちでない場合は『資格確認書』（マイナ保険証によるオンライン資格確認ができない場合に、健康保険の資格を証明するための書類）をご用意をお願いいたします。
詳しくはスタッフまでお尋ねください。

