

4月号

第188号 2015年4月1日  
発行 / 医療生協さいたま

# 生協歯科

〒336-0926 さいたま市緑区東浦和 6-16-1

(外来予約受付) Tel: 048-810-6100

(2階事務室) Tel: 048-810-6101 Fax: 048-810-6103

Eメール [sika-j@mcp-saitama.or.jp](mailto:sika-j@mcp-saitama.or.jp)

ホームページ <http://seikyo-shika.com/>

## 4月18日は良い歯の日

いよいよ2015年度がスタートしました。新しい年度を迎え、各支部では支部総会で今年度おこなう取り組みや企画について様々な案が出されたことでしょう。

生協歯科では、みなさまの出資金のご協力のおかげで、先月3台の**診療ユニット**を新しいものと交換することができました。A1・A2・A3診療室に新しい診療ユニットが設置されております。

現在診療されている方、また、診療されていない方は4月18日『**良い歯の日**』を機会に、ぜひ新しい診療ユニットの座り心地を確かめてみてください♪



うがいしやすいように動かせます



生協歯科職員一同、昨年以上の努力とともに組合員と力を合わせ、診療・医療予防の活動を頑張っていきたいと思っております!!

これからもみなさんのお力添えをよろしくお願いいたします。



### 診療時間

- 矯正診療日・・・毎週木曜日の夜間、第2・第4土曜日
- 歯科往診もおこなっております

曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30~11:30	13:00~16:30	17:30~20:30
水曜日	8:30~11:30	第5のみ午後も診療 (13:00~16:30)	
土曜日	8:30~11:30	13:00~16:30 (第5は午前の診療のみ)	

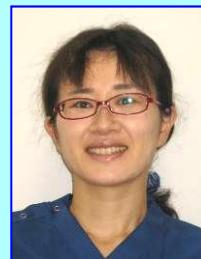
#### 急患の方へ

\*電話をまずお願いします。

空いている時間帯と患者さんのご都合で時間のご案内をさせていただきます。

## お腹の中のお花畑

歯科医師 大関 彩子



みなさん、はじめまして。歯科医師の大関 彩子です。

早速ですが、人の体の腸内にお花畑があるのを知っていますか？腸内にいる細菌は大きく分けて3つあり、この**乳酸菌・悪玉菌・日和見菌**を色分けするとまるでお花畑のように色とりどりになるので**腸内フローラ（花畑）**というそうです。



ここ最近、この腸内フローラ的话题をTVや専門誌などで特集が組まれているのを見かけます。腸内フローラの細菌の働きが肥満や糖尿病、皺や性格まで関係しているそうで、関心度が高くなるのも当たり前かもしれません。

健康な人の腸内には400種以上約100兆個もの腸内細菌が住みついています。フローラという聞こえがいいですが、このたくさんいる細菌の花畑なので、痩せやすい菌やしわに関する菌、脳内に感情を左右するような物質を出す菌などなど、それぞれがさまざまな働きをしています。しかもこの腸内細菌の働きは全体のまだほんの一部しか解明されていません。



体の中でも多い部類に入る**口腔内細菌**もそうですが、今後どのような働きをする菌が発見されるのか、体に良い作用をもたらす細菌がどれだけ解明できるか、考えるだけでも楽しくなってきます。

現在体質改善で薬を服用するということがありますが、病に至る前に細菌を増やして防ぐ・・・そんな未来がやってくるかもしれませんね。

### 連絡バス < 埼玉協同病院・東浦和駅・生協歯科 経由便 >

※ 埼玉協同病院行き 生協歯科行き

	埼玉協同病院 発 (東浦和駅 行き)	東浦和駅 発 ※	生協歯科 発 (東浦和駅 行き)
10時	10:45	10:55 生	
11時	11:45	11:25 埼 11:55 生	11:15
13時	13:35	13:10 埼 13:45 生	13:00
14時		14:10 埼	14:00

### < 浦和民主診療所・生協歯科・埼玉協同病院 経由便 >

浦和民主診療所 発	生協歯科 発	埼玉協同病院 着
12:35	13:05	13:15
15:45	16:15	16:25

- 土曜・日曜・祝日は**全便運休**です。事情により運休日以外に運行をお休みする場合があります。
- 交通事情によっては運行時刻の変動があります。また、運行時刻を予告なく変更する場合があります。
- 国際興業バスをご利用の際は『大牧小学校入口』停留所下車です。



# 猫のメンテナンス



歯科衛生士 小川 綾乃

大人の人間の歯は親知らずを含めて32本あります。では猫の歯の本数はどうでしょう？

目立つ犬歯や尖った歯の形にばかり目がいきがちで本数が少ないように感じますが、実は猫の歯の本数は30本もあるのです。



猫には**むし歯**はありません。猫の口腔内の病気で一番多いのは**歯周病**です。

3~4歳の成猫のおよそ85%は歯周病になっているといわれています。なかには乳歯から永久歯に生え変わる6ヶ月ぐらいから**歯肉炎**になっている猫もいます。

症状としては、

- ・口臭がする
- ・よだれや血膿などで口元が汚れている
- ・エサを食べてもすぐ口から吐き出してしまう
- ・しきりに前足先で口元を拭いている
- ・口元を床や家具などにこすりつけている



などがあり、歯肉炎・歯周病と診断された場合、動物病院での治療は歯石・歯垢の除去、歯ぐきの洗浄・消毒、抗生物質の投与などになります。

歯肉炎・歯周病にならないための予防は、人と同じように**歯磨き**をすることです。週に2~3回は歯磨きをしてあげましょう。いきなりは無理でしょうから、最初は口の周りを撫でながら少しずつ歯を触ることに慣れさせ、お湯や水もしくは猫の好きな肉汁や魚汁を含ませたガーゼを指に巻き、歯の表面を撫でていきます。抵抗感がなくなれば小児用の歯ブラシで磨いてあげましょう。食べるだけで歯垢がつきにくくなるペットフードも市販されているので活用するのもいいでしょう。

猫も大切な家族の一員。

健康で元気に長生きしてもらうために、人と同じようにお口のケアが大切です。



## 生協歯科 パートスタッフ大募集中!!

★洗浄スタッフ…8:30~21:00の間のシフト制。週3日以上

★運転手……連絡バスの運転、往診車の運転

元気とやる気で、私たちと一緒に楽しく働きませんか？  
初めての方大歓迎♪ どうぞお気軽にお電話ください。



## ボランティア(真珠の会)活動日4月10日(金)9時30分~

集合：生協歯科1階会議室 内容：草取り・本棚整理 など  
初めての方大歓迎です♪ ぜひご協力をお願いします!!



## 『虹の箱』から

= 生協歯科 事業所利用委員会 =



みなさまからのご意見・ご感想お待ちしております。

## 『8020さん』達成おめでとうございます!!

Tさん(86歳)

- ★定期的に歯科受診
- ★歯磨きは食後3回・就寝前
- ★柔らかめの歯ブラシ・歯間ブラシを使用

Tさん(82歳)

- ★定期的に歯科受診
- ★好きな食べ物は果物・大豆系、特に和食
- ★趣味はハイキング・音楽・人形作り(ちりめん細工)・山野草栽培



## お茶しましょ♪

SHIKAKO-しかこー

ご近所のみなさん、治療に来院された患者さん、組合員さん・・・  
どなたでもご参加できます。

生協歯科で『ホッとひと息♪』してみませんか？

今回は  
午後開催です♪

4月24日(金)午後1時~3時

場所：生協歯科1階会議室 参加費：200円



## 組合員活動だより

### 絵手紙のある暮らしに感謝!!

前田 トシ

15年くらい前になりますが、うまくなくてもゆっくり丁寧に、自分の感じたままを自由に表現すれば良いと聞き、**絵手紙**を描き始めました。

相手を思い一生懸命描けば心のこもった絵手紙になります。それを受け取った人は、絵が楽しく、文章が懐かしく、喜んでくれることでしょう。

いつでも・どこでも・だれでも、自由に描ける絵手紙は最高です♪見慣れた物にも新たな感動を覚え、心豊かな気分になります。

『新聞に絵手紙載ってたね!!』とお友達からお電話をいただくことがあり、本当に嬉しく思います。

仲間の輪も広がり充実した時間がおくれる絵手紙・・・

これからも52円の楽しい旅を続けていきたいと思っております♪

