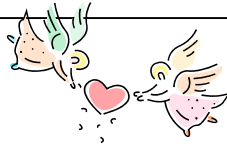


夏休み子ども保健教室



歯科衛生士 杉浦 麻衣



8月23日(日)に生協歯科では毎年恒例の『夏休み子ども保健教室(通称:夏子)』を開催しました!!

『夏子』は小学生を対象とした**歯の保健教室**で、診療室内を探検しながら歯の型取り・模型作り、虫歯の治療の見学や口の中の細菌を顕微鏡で見ってもらうなどの体験を通して、

子ども達に少しでも歯科の仕事内容を知ってもらう企画です。さらに、歯のクイズ・かむかむおやつを試食・歯科医師の話・歯磨き指導...と盛り沢山です。

今年の参加者は13人で、保護者の方やお手伝いに来てくださった組合員さん・歯科職員を合わせた約40名で大盛況でした。

今年は診療室でマスクとグローブ(手袋)の着用だけでなく、

白衣と手作りナースキャップ(女の子)の着用も加えたのが好評で、保護者の方々が沢山写真を撮っていたのが印象的でした。



子供達は歯科医師が虫歯を削っているところを熱心に見つめ、質問したり、取った歯型に一生懸命石膏を流している姿を見て、私は『この中から将来歯科医師や歯科衛生士、歯科技工士がもしかしたら生まれるかも?!』なんて考えて、楽しみになってしまいました。また、子供達の楽しそうな姿を見ていたら、やって良かったなぁ...と、準備の苦労もふっ飛びました。



私は昨年から2度目の『夏子』参加で、準備や進行など至らない点が多々あったと思いますが、スタッフ、組合員さん達の助けがあって無事今年の『夏子』を終える事ができました。

この場をお借りして、お手伝いに来て下さった組合員さん、本当にありがとうございました!! 来年はもっと素敵な教室が開けるように準備していきたいと思っています。

次は『冬休み子ども保健教室(通称:冬子)』を企画しています。

『冬子』では診療室の探検はできませんが、かむかむクッキングをおこなっていて、皆でうどん作りをします。

『夏子』を知らなかった方、知っていたけれど参加できなかった方、『冬子』もありますのでそちらにもどうぞご参加ください!!

『夏子』に参加して楽しんで頂けた方もお待ちしております。

詳細は決まり次第診療室内などで告知しますので、チェックしてみてください。



『虹の箱』から

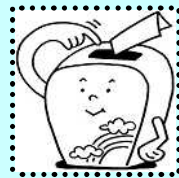
= 生協歯科 事業所利用委員会 =

7月は4件です。

先生は『義歯』と言っているが、『入れ歯』と衛生士のほうは言っている。私としては『義歯』のほうが聞こえがいいと思います。

ご意見ありがとうございます！

患者さんが分かりやすいように、歯科医師・歯科衛生士ともに臨機応変に対応していきたいと思います。



待合室の室内温度は何度に設定しているのでしょうか。曇りの日など寒い!!

ご意見ありがとうございます！

待合室はエアコン温度を夏場は26度設定しております。ただ出入口があり常に外気が入ってくるためか、設定温度を保とうとエアコンはフル稼働しているようです。エアコンの風は天井についている吹き出し口から出ておりますので、その付近にいらっしゃる方は特に寒いと感じてしまうかもしれませんね。

今日で二回目の治療でした。担当医の先生、そして衛生士の方、とてもいい説明でした。地元で治療してきたからこそ違いが分かるのかと思いました。患者側に立って、私にはとても良かったです。ありがとうございました。

ご感想ありがとうございます！

職員一同、患者さんお一人お一人が納得できる説明・治療技術をさらに向上し、今後も続けていきたいと思っております。

診療所と歯科のちがいでしょうか、とても広々として余裕のスペース（空間）を感じます。かすかべですが、いつも人々でゴタゴタしています。特に健診時期は立っている人が出ます。落ち着いていて、とてもいいですね。

ご意見・ご感想ありがとうございます！

座れないほど待合室があふれかえっているのは困ってしまうのですが、患者さんがたくさんいらっしゃるのうらやましいお話ですね。生協歯科でも歯科健診で待合室が患者さんでいっぱいになるよう、頑張りたいと思っております。

事業所利用委員会だより

ボランティア活動報告

大谷口支部 海津 絹江

緑のボランティア・・・8月8日(土) 植木の刈り込み・除草等の手入れをおこないました。今年、待合室窓のゴーヤは幅広く緑陰のカーテンをつくり、実も豊作です。事業所利用委員の有志が収穫したてのゴーヤを使ってゴーヤチャムプル、さっぱりとした塩もみを作り、黒米入り炊きたて御飯にそえて、皆で美味しく楽しくいただきました。また、ミニバザーで産直野菜や手作り袋物を販売、患者さんやご近所の方もみえられ、コミュニケーションをはかる事も出来ました。産直野菜の紫蘇で作った『シソジュース』は色鮮やかで美味しかったです。

待合室ボランティア・・・本棚まわりの清掃、片付け、本の整理等を行いました。

平素は、各サークルが活動や練習の前後の時間を利用し、植え込みの清掃や除草・水やり等にご協力くださっています。

次回ボランティアの活動日は

9月12日(土) 9:30です。

ぜひご協力下さい!!



緑のカーテン

歯周病とストレス

歯科医師 松本 剛



夏が始まったかな...と思ったら涼しい夜が続き、秋の気配を感じる今日この頃、みなさんいかがお過ごしでしょうか。

秋といえば「食欲」「読書」「スポーツ」など、それらしい単語が思い浮かびます。

私は妻と美味しいものを食べ歩き、そして仕事で『疲れたなあ』と感じた時には、休日に、綺麗な田園風景の見える喫茶店で読書をしながらコーヒーを飲む時間が大好きです。そして先輩や友達、家族とゴルフを楽しみ、ストレスを解消しています。



さて本題に入りますが、日頃歯周病で歯を失ってしまう方をたくさん目にします。

歯周病には様々な要因がありますが、『過度のストレス』も大いに関係しています。



ストレスがひどくなると、内分泌系に影響を及ぼし、唾液中に副腎皮質ステロイドのレベルが上昇します（副腎皮質ステロイドホルモンは生命の維持に必要なホルモンで、健康な人では体の状態に合わせて適切に分泌されている。このホルモンが、体が必要とする量を分泌できなくなった状態）。

こうなると歯周組織に対して細菌が感染しやすくなり、歯周病が進行してしまうと考えられています。



みなさんも忙しい毎日とは思いますが、自分なりのストレス解消法を見つめなおし、素敵な秋をお過ごしください。

診療時間

曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30 ~ 11:30	12:30 ~ 16:30	17:30 ~ 20:30
水曜日	8:30 ~ 11:30	第5のみ午後診療 13:00 ~ 16:30	
土曜日	8:30 ~ 11:30	13:00 ~ 16:30	

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ご都合で時間のご案内をさせていただきます。

9月号

第122号 2009年9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

: 048-810-6100

E-mail: sika-j@mcp-saitama.or.jp

『健康まつり』支部で開催予定!

～生協歯科開設20周年記念～



今年は支部独自・支部合同の健康まつりが
生協歯科を含めた各地域3カ所でおこなわれます!
いままで『都合がつかなくて...』
『生協歯科は遠くて...』となかなか
参加できなかった地域のみなさん、
ぜひこの機会にご参加ください!!



日時 10月4日(日) 10時～14時	場所 水深自治会館	社交ダンス・民謡・こどもコーナー・模擬店・ 歯科相談・健康チェック・生協コーナー などなど
主催：尾間木北支部		参加協力券1枚100円

日時 10月24日(土) 10時～14時	場所 新田自治会館 不動入公園	健康チェック(骨密度・血管年齢測定)・ 太極拳・秩父音頭・体力チェック などなど
主催：浦和南支部・浦和南東支部・大谷口支部		参加協力券1枚100円

日時 11月8日(日) 10時～14時	場所 生協歯科	歯科健診・フルーツ演奏・フォークダンス・ ストレッチ・講演 などなど
主催：大牧支部・美園支部		参加協力券1枚100円

詳しくはお近くの運営委員さんにお問い合わせください。

