



股関節手術を受けて…

歯科技工士 小谷野 徹

一昨年股関節を患い、その年の11月に股関節置換術の手術を受けました。そして1年が経過しました。

今回は昨年2月号の『こんにちは歯科です』掲載の続編です。

おかげさまで日常生活にはだいぶ慣れてきて意識もしなくなりました。自転車に乗ったり普通に歩いたりするのはなんの支障ありません。しかし、ちょっとした拍子に変な体勢になったり、無理な姿勢になると痛くなり、人工関節が外れるのではないかと不安になります。

絶対してはいけない姿勢は**内股**にすることだそうです。

昨年の夏に休みを利用して戸隠神社に行ってきました。参道を歩いてみましたが、なにしろ人がいっぱいマイペースに歩くことすら困難な状況で大変でした。

股関節手術をしたことで障害者4級の認定を受けました。その恩恵を受けて、色々と社会資源として利用させていただいています。その例をあげると、①税金が減免される ②交通機関の運賃が安くなる ③映画鑑賞の入場料が安くなる などです。

しかし、障害に引け目を感じたりしてあまり利用されないことの方が多いのではないかと思います。

憲法25条は生存権…『すべての国民は健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する』というのがあります。

民主党政権から自民政権になり、憲法改悪がより一層加速しそうですが、**9条**だけでなく**25条**も変えてくるのではないかと恐ろしくなってきました。そうすると、現在『生活保護バッシング』がテレビ報道などでされていますが、障害者や生活保護の需給はより肩身の狭い思いをすることになっていく、そればかりか行きつく先は、これらが廃止なんてことも有りうるのではないかと心配です。

憲法改悪を許すことはできません。



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。

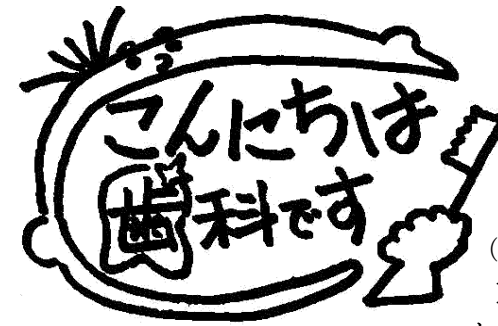
曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30~11:30	13:00~16:30	17:30~20:30
水曜日	8:30~11:30	第5のみ午後も診療 (13:00~16:30)	
土曜日	8:30~11:30	13:00~16:30 (第5は午前の診療のみ)	

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。

1月号

第161号 2013年1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

ホームページ http://seikyo-shika.com/



あけまして おめでとうございます!!

いよいよ2013年の幕開けです。

以前よりみなさまからご要望頂いていた**浦和民主診療所~埼玉協同病院の連絡バス**が、**1月15日(火)**より2便のみ、生協歯科を経由することになりました。今後も便数を拡大していけるように検討していきたいと思っております。

そして、これからもみなさまのご意見をお寄せいただき、より良い生協歯科を作り上げるために、組合員さんと力を合わせ職員一同頑張りたいと思っております。

本年もどうぞよろしくお願いいたします!!

新コース 1/15~

◀ 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



◀ 埼玉協同病院・東浦和駅・生協歯科 経由便 ▶

※ 埼…埼玉協同病院行き
生…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

- 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。ご了承ください。

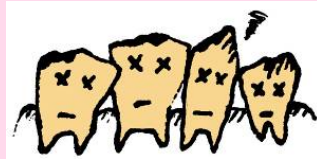


ステインについて

歯科衛生士 小野 実成美

今回、**ステイン（歯の着色汚れ）**についてお話ししたいと思います。

まずステインが起こる理由ですが、歯の表面は糖たんぱく質が主成分である『ペリクル』という薄い膜に覆われています。このペリクルに、飲食などによって入ってきた色素が吸着し、徐々に蓄積することによって、歯の着色が起こります。食器などに茶しびが残るのと同じ現象が、歯でも起こるのです。



この着色には**内から起こるもの**と**外から起こるもの**の2つあります。

内からの着色は、歯質の形成不全により、歯の内部に色素が浸透することで起こります。抗菌薬の服用が主な原因になります。

外からの着色は主として、先ほどもお話ししたように飲食物、他に煙草のヤニ、洗口剤や薬物のような色素を含む物質が、歯の表面に吸着することで起こります。



特に着色しやすい飲食物は、緑茶・紅茶・ウーロン茶・コーヒーなどポリフェノールを多く含む物や、ブルーベリー・ぶどう・イチゴなどアントシアニンを含む物などがあります。

また、炭酸飲料やほうれん草・レモンなどのシュウ酸・クエン酸を含む物は、着色しやすい飲食物と一緒に摂取すると着色を助長させてしまうので、気をつけたいものです。



一度付着してしまった着色は歯ブラシでは取れないので、歯科での定期的なクリーニングをおすすめします。



生協歯科 感染対策

● 標準予防策⑧ ガス滅菌の紹介

滅菌とは、感染を起こす菌を殺菌（※すべての菌を除去する。）することです。

当院では、患者さんに使う器具はすべて滅菌処理しています。

ただし、物品の耐性によって高温処理や、劇薬処理などができないものもあります。

高温で変形してしまうプラスチックやゴム製品はガスで菌を殺す**ガス滅菌**を行います。

生協歯科ではガス滅菌に関して独自の設備を持たない為、外部に依頼し、滅菌処理をおこなっています。



『虹の箱』から

= 生協歯科 事業所利用委員会 =



11月は0件でした。

ご意見・ご感想、みなさまの声をお聞かせください。お待ちしております。

ボランティア(真珠の会)活動日 1月12日(土) 9時30分~



生協歯科1階会議室 集合

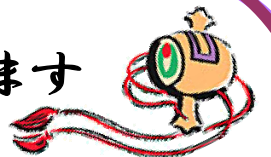
内容: 10時~新年会

どなたでも大歓迎です。ぜひご参加・ご協力をお願いします♪



組合員活動だより

みなさま あけましておめでとうございます



- 生協歯科の会議室を利用して定期的にサークル活動をおこなっています。昨年はおしゃべり会でマージャンを始めました。7名程度ですが頭と指の体操で楽しんでいます。
また本年も虹のダンス主催のよる1泊旅行を考えています。 尾間木北支部：米岡敦夫
- 今年もみなさまのご協力を仰ぎつつ、サークル活動のヨーガ、健康ひろば、書道そしてその都度の催し物を企画してきました。医療生協活動の充実を目標に、一緒に楽しみませんか。
大牧支部：増田久子
- 今年も健康体操や料理教室、医療懇談会など、楽しく勉強になる企画を提供していけたらと思っています。みなさまのご参加をお待ちしています。
美園支部：剣持三千代
- 昨年は健康第一減塩料理教室も楽しく開催することが出来ました。一人でも多くの方が楽しく参加・協力していただけるよう、今年も色々計画していきたいと思っています。お手伝いして下さる方皆さん、ご協力よろしくお願ひいたします。
浦和南支部：徳長政子
- 運営委員や会員の年齢が増えてきたので、介護などのことを勉強したいと考えております。地域の方達と力を合わせ、一緒に豊かな暮らしをつくりましょう。
浦和南東支部：井原安代
- 今年も例年通りの活動とともに機関紙の配布率UP、そして多くの方に参加・協力していただける楽しい企画などを考えたいと思っています。一緒に楽しんでくださる方大募集です!!
大谷口支部：門間克子



本年もどうぞよろしくお願ひいたします

