



7月号

第179号 2014年7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/>

はちまる にいまる 8020運動



8020運動は、厚生省（厚生労働省）と日本歯科医師会が推進し、生涯自分の歯で食べる楽しみを味わえるように、『80歳になっても20本以上自分の歯を保とう』という運動です。

生協歯科でも口からの健康づくり活動としてこの8020運動に取り組んでおり、80歳以上で20本以上歯が残っている外来患者さん対象に、随時アンケートにご協力いただいております。今後8020運動達成患者さんを「こんにちは歯科です」誌上で、お答えいただいたアンケート内容（一部）とともにご紹介させていただきます。

「8020さん」達成おめでとうございます!!

☆Tさん 女性(80歳)☆

- Q1 歯みがきする時間と回数は?・・・朝、夕 食後2回
- Q2 好きな食べ物は何か?・・・魚、野菜
- Q3 趣味は何か?・・・手芸、建築折り紙



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。



夏休みこども保健教室



歯科技工士 沼田 貴宏

こんにちは。今回は生協歯科で毎年開催しております**夏休みこども保健教室**の紹介をしたいと思います。

この教室は親子で参加できる教室で、**みんなで歯医者さんを体験してみよう!!**のテーマで、診療をおこなっていない日曜日に開催しています。実際に歯を削る機械を使つての歯医者さんコーナー・歯型づくりコーナー・口の中の細菌をみる顕微鏡コーナー・歯のクイズなど、内容は盛りだくさんです。



私が担当する技工室では、参加者のお子さん自身に取った歯型に石膏を流してもらい、歯型石膏ができるまでの工程を体験してもらっています。初めての体験に、お子さんは恐る恐る、保護者の方はカメラを構えつつも身を乗り出すほど興味津々です。

固まった歯型は余分な石膏を綺麗に削り落として、参加者全員にプレゼント!

この教室での体験で少しでも歯科に興味を持ってもらい、将来の歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士を目指すお子さんが増えたらと思っています。

開催日時: **7月27日(日) 10時~12時**

集合場所: 生協歯科 1階 会議室

対象: 小学生(保護者同伴)

参加費: 500円

持ち物: 歯ブラシ・手鏡・コップ・タオル



連絡バス < 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

- 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。

壊れやすいもの



歯科衛生士 野崎 千賀子

大事な食器を、ついっかり落として割ってしまった経験をしたことがあると思います。「しまった!!」と思っても、一瞬のことで気づいた時には遅かった・・・ということはよくあるもので、あとからとても残念に思いますよね。

歯も同じです。失ってその大切さが初めて分かるものです。

年齢とともに歯も脆くなるので、欠けてしまってから「しまった!!」と思うことがないようにしましょう。

「40歳を過ぎたら糸切り歯で糸は切らないでくださいね」という歯科医師もいます。個人差がありますので80歳を過ぎても自分の歯で糸を切っている人もいますが、ごく稀な幸運な人です。ビールの栓を抜くのはもってのほかです。

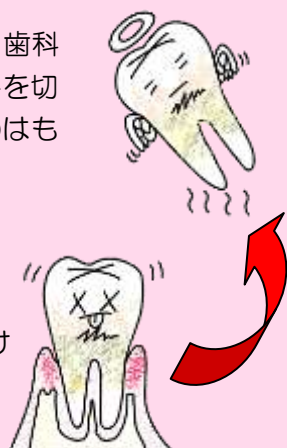
壊れやすいものだと思うと、丁寧に大切に扱いますよね。

壊れやすいものだからこそ、そっと大事にしてあげましょう。

「歯は年をとったら抜けるのが当たり前」と思っていないですか？

扱い方次第では、歯は長持ちするのです。丁寧に愛情をかけた分だけ応えてくれます。

割れた食器が元に戻らないのと同様、永久歯は抜けてしまったらもう生えてきません。



歯を支えている骨が歯周病で溶けてしまっても、歯ぐきが下がってしまった場合や、歯が抜けたところをそのままにしておいて、隣の歯がずれてしまった場合も、自然に元には戻りません。

老化現象の範囲の変化と病的な変化を見分けるのは難しいものですが、あとで「しまった!!」と思わないように、**定期的な歯科検診と早期発見・早期治療**をしていきましょう。



ボランティア(真珠の会)活動日7月11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

初めてのかた大歓迎です♪♪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 =

5月は0件でした。

ご意見・ご要望・みなさまの声をお待ちしております。



お茶しましょ♪ SHIKAKOーしかこー



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？



毎月第4金曜日の
午前中開催♪

7月25日(金)10時~12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

楽しくウォーキング

尾間木北支部：米岡 淳夫

5月16日(金)東浦和駅前から川口グリーンセンターまでのウォーキングをおこないました。

好天に恵まれ少々暑さも感じましたが、見沼代用水東縁の桜並木の新緑が清々しく、とても気持ちよかったです。

川口グリーンセンターでは昼食後、観光しながらセンター内の至る所を見てまわりました。



バラ園・ぼたん園・大温室・バードセンター・・・くじゃくの雄が何羽も大きく立派な羽を広げ見事だったことが、今でも目に焼き付いています。

ミニ鉄道にも乗り、全員こども気分ではしゃいでしまいました。今回は3名の参加でしたが、みなさんととても楽しんでいただきました。



以前ウォーキングした時の写真です