

12月号

第208号 2016年12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/>

2017年2月～受付開始!!

# ホワイトニングキャンペーン



生協歯科では、来年2月に**ホワイトニングキャンペーン**をおこないます。  
歯の着色が気になる、以前のような歯の白さを取り戻したい、料金がなくてやりたくてもできない・・・そんな要望にお応えして、今年度もキャンペーン価格で実施いたします。  
年に一度の特別価格ですので、ぜひこの機会にホワイトニング施術を受けてみませんか？

申込受付期間…2017年2月1日(水)～28日(火)の1ヶ月間

特別価格・・・1回目のホワイトニング施術料(税込価格)

通常価格 21,060 円

→ 16,200 円 4,860 円引き!!



## ★ 増資・新規加入のお願い! ★

みなさまのご協力のおかげで、生協歯科では、今年**診療ユニット**を新しい物と交換することができました。

お預かりした出資金は医療生協さいたまの資金として、こうした医療機器の購入や医療施設の建設などに活かされています。

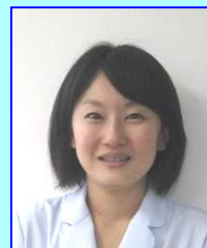
また、埼玉県にお住まいか県内にお勤めの方ならどなたでも医療生協さいたまに加入していただくことができます。

すでにご家族が加入されている方も是非ご本人の加入をお願いいたします。



# イコール サメの肌=歯

歯科医師 松澤 亜理沙



12月になり、寒さも厳しさを増してきましたね。お肌も乾燥してくる季節だと思います。お肌の乾燥もひどくなってくると、激しいかゆみを伴ったり毛穴が隆起して肌がザラザラしたり、一般に**“サメ肌”**と呼ばれる状態になることがあります。そんな“サメ肌”の、言葉の起源をご存じですか？

水族館などで触ったことのある方もいると思いますが、サメの肌は非常にザラザラしています。この肌を顕微鏡で見ると、小さなトゲ状のウロコのようなものが突き出ていることがわかるのですが、実はその成分は私たちの**歯**と同じ、**エナメル質**と**象牙質**で出来ているのです。



サメ肌の正体は**歯**。学術的に言えば、サメのウロコは“皮小歯”と言うそうです。このウロコは進化の過程で一部が“歯”に発達し、サメの口腔内に生えています。そして、そのサメの歯は2・3日で生え替わるといいます。こう聞くと、「常に白い歯で、虫歯も歯周病も心配いらないうらやましいなあ」と感じる方もいるかもしれません。

しかし、ウロコから進化したということもあり、サメの歯には**歯槽骨**(歯を支える骨)や**歯根膜**(歯への栄養補給、噛み応えなどの感覚を伝える)が存在せず、歯質も脆く弱いものになっています。固い物を噛むたびに歯が欠けたり抜けたりする心配をするのは、さすがに嫌ですよね。よく考えると、実はうらやましくもないのです。



私たち人間は進化の過程で、一回の生え替わりで長持ちする歯を選択しました。

一生ものの歯だからこそ、日々のブラッシング・歯科医院での定期検診を徹底して、自分の歯を大切にしていきたいですね。

## 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。

## 連絡バス

《 埼玉協同病院・東浦和駅・生協歯科 経由便 》  
《 浦和民主診療所・生協歯科・埼玉協同病院 経由便 》

●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。





# ホワイトニングについて

歯科衛生士 利根川 優子

今回は、**ホワイトニング**についてお話ししたいと思います。  
生協歯科では、2種類の方法があります。

## ★ オフィスホワイトニング ★

歯科医院でおこなう施術で、薬剤である**過酸化水素**を歯の表面に塗り、特殊な光を照射して短時間で着色を分解する方法です。



## ★ ホームホワイトニング ★

歯科医院で専用のマウスピースを作成し、あとは自宅でおこなう方法です。マウスピースに専用の薬剤（**過酸化尿素**）を入れます。ゆっくり着色を分解、長期的にケアが必要な方におすすめの方法です。

※小児、妊娠・出産直後・授乳中の方、無カタラーゼ症（ホワイトニングの薬剤である過酸化水素を分解するカタラーゼという酵素が不足している症状）の疑いのある方は、ホワイトニングができません。

歯の白さを維持するためには、ホワイトニングの回数が必要です。生協歯科では、ホワイトニングを初めておこなう方には2回以上をおすすめしています。また、一度おこなったからといってその白さが一生維持できるわけではありません。お茶、コーヒー、ワインなどで徐々に着色していきます。色が気になってきたなあとと思ったら次のホワイトニングのタイミングです。

歯科医院でおこなうホワイトニングの薬剤である過酸化水素は、短時間で着色を分解すると同時に、歯の中の水分も分解

します。水分が不足すると歯は脱水症状をおこし、刺激（しみる）を起こす場合があります。この症状は歯の表面を覆うエナメル質の厚さによって違いますが、

術後約24時間以内には唾液などから水分が吸収され、刺激もなくなります。生協歯科では歯の水分パックができる**歯みがき剤（リナメル）**を、ホワイトニング後におすすめしています。

1年に1度きりのホワイトニングキャンペーンは来年2月に申し込み開始です。

着色が気になっている方、興味がある方は、歯科医師・歯科衛生士におまかせください。



## 『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。

# ボランティア真珠の会 活動 12月9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 他 予定

毎月第2金曜日の午前中に活動しています。  
初めてのかた大歓迎です♪ ぜひご協力をお願いします!!



## 組合員活動だより

# 東京のオアシス♪野川と湧水めぐり♪

大宮東支部：今井 三千代

10月に入っても雨ばかりで、爽やかな晴天がなかなか望めない秋ですが、小金井てくてく自然散策当日は雨の心配もなく、時折薄日が差す快適な天候でした。



参加者は13名、今回散策した**野川**は東京都名湧水**57選**にも選ばれているところです。

武蔵小金井駅からエコバスで貫井神社へ。江戸時代からある大木が社を覆い、大岡昇平の小説『武蔵野夫人』にも登場していますが、湧水の中を大きな鯉がゆったりと泳いでいます。

湧水の地形を巧みに生かした回遊式庭園の**滄浪泉園**（そうろうせんえん）、美術の森緑地、森美術館までの道のりをみんなで頭を寄せ合い、地図を広げ、スマホを覗きこみ、道行く人々に何度も道を尋ね、交番にも入り…苦勞してようやく辿り着いたら本日休館!!

なんとか気持ちを切り替え、頑張って向かった崖線（ハケ）の小路。湧水が野川に注ぐ水路に沿って歩ける遊歩道は自然そのままの風景が今も残り、とても気持ちのいい散策路でした。

美しい庭園や美術館は残念ながら空振りでしたが、道中での楽しいおしゃべり、自然溢れる風景、美味しいお昼ご飯…と、とても充実した良い一日でした。



# 『8020さん』達成おめでとうございます!!



Kさん(81歳)

松澤 圭吾 さん(80歳)

- ★定期的に歯科受診
- ★歯みがきは、毎日2回
- ★好きな食べ物は、肉
- ★趣味は、ゲートボール

- ★歯みがきは、夜寝る前
- ★歯ブラシは、普通のものを使用
- ★好きな食べ物は、なんでも
- ★趣味は、ゴルフ

