



山田歯科通信



2008年 創刊号 発行日 2008.02.15 発行人：チーフ TC 兼 ウキウキ歯科衛生士 深田香代子

Tel 0467-82-1180



こんにちは。今月から皆様おなじみのウキウキ歯科衛生士 深田香代子が 山田歯科クリニックのかわら版 を発行することになりました！（ドキドキ・・・）3ヶ月に1度というペースですが、ご家族皆様に読んでいただけるような新聞を作れるようがんばります
私の顔を見たらお気軽に感想を聞かせてくださいね！
患者さんの皆様と、この新聞を通じてもっと仲良くなりたいです。

歯のエステ ホワイトニングで若返り



「最近、彼女綺麗になったと思わない？」
「うん、何かいいことあったのかなあ」
「笑顔がすごく魅力的だね」
「そうそう、すごく明るくて近くにいるとこっちまで楽しくなっちゃうよ。」
「そういえば、定期的に歯医者に通っているらしいよ。歯が綺麗だね。」
「歯が悪いのかなあ。」
「違うんだって！今は歯を悪くしないために3カ月に1回は歯のエステを受けているんだって。」
「**歯のエステ？**」

「PMTC と呼ばれる徹底的なクリーニングとホワイトニングよ。」

「ホワイトニング？」

「歯は年齢とともに紫外線によって色が黄色から茶色に変わってくるんだけど、薬を使って歯を白くする方法よ。」

「削るの？」

「それが、削らなくてもよくて1～2週間で白い美しい歯になるんだって！」

「薬を使うのって 何だか不安だな？」

「とても安全な薬で 山田歯科クリニックさんで使っている薬は逆に歯を丈夫にするんだって。」

「すぐに元に戻ったりしないの？」

「約3年間は大丈夫だし、2回目以降はそんなに費用はかからないんだって。」

「いったいいくらぐらいなのかな？」

「そういえば **前歯6本でたった 31,500 円**なんだって！」

「えー、思ったより安いね。私受けたいな。さっそく電話しよう。 **0467-82-1180** だね。」

ホームページ 見てね!

山田歯科クリニックのホームページができました。

まだ完成はしていませんが、私達の考え方がたくさんつまったHPです。

日々更新していきますので、もっともっと山田歯科クリニックを知っていただくために是非時々訪れてくださいね。

よろしくお願いします。

<http://yamada-dc.kamu-come.com/>

おかげさまで20年!

山田歯科クリニックも多くの皆様に支えられて、昨年の10月に20周年を迎えることができました。これも山田歯科クリニックを愛してくれる患者様のおかげだとスタッフ一同大変感謝しております。

今後は通院される多くの患者さんの声を反映させた「感動の歯科医院」を目指します。

よろしくお願いします。

Yogaで健康!

Vol.1 ターラー深田

最近、デトックスが注目されています。水も食事も昔より悪くなっているうえに、ストレスにさらされ続ける現代人には、心身に毒素が溜まっていると感じられます。

ヨガはデトックス効果の高いものです。ポーズをとりながら深い呼吸を行うことにより血液をきれいにする効果があります。

また、背骨や首、骨盤などの身体の歪みをとる効果があります。

ウォームアップ

ヨガのポーズを行う時、必ず行いたいのがウォームアップ。全身をほぐしてリラックス。ポーズを行いやすい下地をつくります。

□ 足先ほぐし



足を伸ばして座り、左足の膝を曲げ右足の太ももに置く。右手の指を足の間ひとつひとつに深く入れる。足首を大きくゆっくり回す。

手を解き 足裏をマッサージする。

□ 首の運動



背筋を正し肩の力を抜きます。息を吐きながら頭を前に倒し 息を吸いながら真ん中に戻します。

前後左右 首回し逆回しをおこないます。

てんてこまいこ



新米衛生士てんてこまいこと米川麻衣子です。

山田歯科クリニックで働き出してから早いもので10ヶ月が経とうとしています。私が歯科衛生士になろうと思ったそもそものきっかけというのは、実は高校生のときに行った適正職業ランキングで1位が歯科衛生士だったからです。もともと何か資格があり、人のためになる仕事があった私はこのランキングをきっかけに色々調べ始めました。そして歯科衛生士も国家資格ということ知り、なおかつ人のために出来る仕事だと思いこれしかない!!と決めました。

専門学校を卒業してからすぐこの山田歯科に就職し働き始め、最初の頃は覚える事もたくさん、知ることもたくさんありこんなので私はやっていけるのだろうかという不安でいっぱいでした。やはり学校で教わってきた技術・知識は実際の臨床の場では本当に基礎の基礎であって...国家資格を得たからといっても衛生士としてはスタート時点に立っただけだと言うことを痛感しました。

今現在も働く毎日のなかで気付く事、学ぶ事が本当にたくさんあります。つらいこともあります...けれどもうれしくて仕方の無いときもあります。単純かもしれませんが、「ありがとう」のあなたの一言がどんなにうれしい事か...

※にほんブログ村で書かれている私が「ありがとう」にしたいです

編集後記

愛する地元茅ヶ崎で開業して20年経ちました。全ては支えていただきました皆様のおかげです。長年の夢だった「ニュースレター」も今回やっと創刊の運びとなり、これを通して皆様ともっと仲良くさせていただきたいです。

(T.Y)