



神宮前歯科クリニック の



スマイル通信!!! Vol.108



『一生懸命だと知恵が出る』

住所 札幌市中央区宮ヶ丘1丁目2-1 電話 011-631-0010

<http://www.jingumae-dc.jp>

今年一年を振り返り、個人的には今までないほど充実した一年でした。国内外で数多くの学会発表を経験し、最も印象深いのは、震災直後に台湾で英語での発表をしたことでしょうか。海外の同世代の先生方に刺激を受け、とてもいい経験をさせていただきました。またクリニックにおいては、スタッフの成長も著しく、私の右腕、左腕となつて対応をしてくれ感謝しているところです。来年もこの一年に甘んじることなく、皆様の笑顔のために、スタッフ一同コツコツと精進していきたいと思っております。今年も皆様に支えていただいた一年でした。来年4月で平成も最後です。次の未来へ皆さんで向かっていきましよう！皆様も良い年をお迎えください。

今年も早々12月となりました。寒い日々が続きますが、風邪にはくれぐれもご留意ください。今年も一年皆様には、神宮前歯科クリニックにご来院頂き誠に有難うございました。平成22年1月4日に神宮前歯科クリニックは開業し、年明けには10周年を迎えることとなります。これもひとえに皆様のお陰でございます。開業までの勤務医時代に培った技術、知識を踏まえて開業し、日々更なる研鑽を絶やさず試行錯誤しながら今の神宮前歯科クリニックがございます。皆様からの叱咤激励、ご不便やご迷惑をおかけしたこともあったかと思いますが、皆様から頂いたご助言は決して忘れることなく、私たちの胸に刻み、次への進化の糧になっております。そういう意味では、患者様皆様がこの神宮前歯科クリニックを育ててくださったということも過言ではありません。心より感謝申し上げますと共に、今後とも何卒宜しくお願い申し上げます。毎年新年に目標を立てるのですが、今年の目標は、「発」「守」「適」でした。

発：多方面から多くの事を吸収し、情報発信していきたい。
 守：成年の意味のごとく、転機をみて前に進もう。
 適：すべては適材適所。

○ ● ○ スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは。受付の野田です。今年、初雪観測が128年振りの遅さとなった札幌。いよいよ本格的な冬の到来ですね。私にとっては初めての雪国生活！！気合いを入れて随分早くからスタッドレスタイヤに履き替えたり、子供たちのスキーの準備をしたりと走り回っていました。いざ雪が降り、出先の帰り道、雪が降り積もり、車の窓ガラスに降りつける雪を目の当たりにし、ヒヤヒヤしながらも何とか家路に着くことが出来ました。気合いは十分ですが、この雪に慣れるには時間が必要ですね。皆様にとっては、まだまだ序の口なのかもしれませんが、この冬まずはしっかり元気に乗り切れるよう頑張ります！どうか皆様もお身体には気を付けて、素敵な年末年始をお過ごし下さい。



◇ ◆ ◇ 耳より情報 ◆ ◆ ◇

こんにちは。歯科衛生士の佐藤です。いきなりですが！「パ・タ・カ」と10回大きな声でなるべく早く発音してみてください。これは、口腔機能低下症を診断する際に使われている検査のひとつです。本来は「パパパパ」「タタタタタ」「カカカカカ」と、10秒間に何回発音が出来たかを測るのですが、より簡単に診断するために「パタカ」と発音する場合があります。では何秒で言い終わりましたか？

6秒以内に発音し終わったら正常です。口腔機能が低下すると、口腔乾燥や舌圧の低下、嚥下機能の低下咀嚼機能の低下など様々な症状が出てきますので、もし発音が出来なかった方は、お食事前にぜひ「パタカ」と10回発音練習してみてください！

小顔効果やイビキ改善も期待出来るといわれていますよ。

今月の言葉

『一生懸命だと知恵が出る、中途半端だと愚痴が出る、いい加減だと言いつけが出る。』

武田信玄