



— 『人生を偶然にまかせない。人生は必然なものである。』 —

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>

6月、早くも一年の折り返し地点です。毎年末に翌年の目標を一語で立てています。今年の目標は、「心」勢「誠」。この半年を振り返り、改めて見つめ直し、反省点と改善点を見つけるようにしています。

つい先日、加齢黄斑変性のリスク遺伝子検査を受ける機会がありました。最近、様々な遺伝子検査が流行っているようですが、私も、前回のアルコール感受性検査に次いで2回目です。意外に簡単に検査できることに驚いています。ちなみに結果は、ちよつとリスクが高いようで、日頃の食事や運動などの生活習慣を改善することで、リスクも軽減されるということです。日本では、100人に一人くらいの割合で、加齢黄斑変性になってしまうそうですね。そろそろ人生も折り返し地点、いつまでも健康で明るく楽しい生き方をしたいと思っています。

さて先月、歯を削る医療機器の滅菌についての記事・報道があったのをご存知でしょうか？神宮前歯科クリニックでは、開業当初から、医療機器の滅菌、感染予防管理を徹底して行っております。滅菌可能な医療機器は全て、世界で最も厳しいヨーロッパの基準をクリアしたドイツ製およびイタリア製の特殊な滅菌機器で滅菌しております。また、滅菌・消毒不可能な素材のものに関しては、使い捨てとしておりますので、どうかご安心ください。神宮前歯科クリニックのコンセプトは、自分だったら受けたい治療を、家族だつたらしてあげたい治療を、してさしあげ「です。これが、ゆるぎない私たちの思いであり、全ての判断基準の原則なのです。当たり前のごとですが、滅菌についても同じことなのです。

○ ● ○ スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは、歯科衛生士の三浦です。桜の季節も終わり、早いもので今年もあつという間に半分です。今年は冷夏との予報がありますし、毎日気温差が激しいので体調には十分気をつけて過ごしましょうね。

先月はお花見をしに、スタッフみんなでお弁当やお菓子を持って、円山公園に出かけました。桜の見頃としては終盤でしたが、仲間と外で食べるランチは格別でした。たくさん食べ、たくさん笑い、免疫力をアップして毎日頑張ります！

休診のお知らせ

院長、学会出席のため、
7月5日(土)休診 とさせていただきます。
ご不便おかけしますがご了承くださいませ。

◇ ◆ ◇ 耳より情報 ◇ ◆ ◇

こんにちは、衛生士の河野です。皆さんは、毎日のお食事を『正しく』食べられていますか？実は、正しく食べるためには、正常に噛む・飲み込むことに加え、正しい姿勢が大事なのです。

私たちが食事をするとき、お口の中では、奥歯で噛み、頬と舌でサポートしながら食べ物をまとめていきます。しかし、猫背になってしまうと、前歯を使って噛むようになるため、正しく噛むことができなくなります。さらに、飲み込むときの筋肉が正常に機能しなくなるため、正しく飲み込むこともできなくなります。

つまり、正しい姿勢をとらなければ正しく食事することができないのです。

食べることは私たちが元気でいられるために欠かせないことです。背筋を伸ばして、両足を床につけ、正しい姿勢で食事をするよう、心がけましょう！



今月の言葉

『人生を偶然にまかせない。人生は必然なものである。』