



# 新年のご挨拶 明けましておめでとうございます



# 歯つらつ

2018年1月

262号

～発行所～

齋藤歯科診療所  
由利本荘市美倉町 47-1

フシヨイハニ  
0120-24-4182

FAX 0184-24-1440

www.saitoshika.net

～診療時間～

曜日:月曜日～土曜日  
時間:午前 9:00～1:00  
:午後 2:00～6:00

～休診日～

日曜・祝日  
第2・4木曜日

齋藤歯科診療所院内新聞「歯つらつ」をご愛読の皆様、あけましておめでとうございます。院長の斉藤です。

「歯つらつ」も今年で23年目となり、発刊以来今号で262号目を迎えることができました。毎号のことながら、皆様からのご愛顧の蔭で継続できておりますことを心より御礼申し上げます。

今年もつつがなく新年を迎えられました。昨年も多事多端な年であったと記憶しております。皆様はどうでしたでしょうか？漢字能力検定協会が行っている「今年の漢字」のアンケー

トによると、一番多かったのは「北」だったそうです。九州北部豪雨、北海道産ジ

ヤガイモの不作、北海道日本ハムファイターズの大谷選手の人気などが選ばれた理由ですが、やはり一番大きいのは北朝鮮のミサイル発射・核実験強行でしょう。8月29日早朝に突如鳴り響いたJアラートの、物々しい異音は記憶に新しいところ。今年はこのような警報を聞くことのない穏やかな年となることを願います。

7月には由利本荘市でも大雨が降り全国ニュースになりました。普段自然災害の比較的少ない土地に住ん

でいるのですが、非常事態への備えは忘れないようにしたいものです。

当院においても、さまざまなことがありました。事務に新人が入社し、他業種で培った経験や見識を活かして頑張ってくれております。また、スタッフの結婚・妊娠というおめでたいお話もありました。良妻賢母となるよう、職員一同で期待しております。

診療についても様々な学びがありました。昨年も29名の当院の患者さんたちが8020を受賞されました。受賞された方々のほとんどが何十年間も定期検診で来院して下さる患者さんで、

いつも若々しく元気でいらつしやいます。

歯を長期にわたり保存し機能させるために定期検診が不可欠であるということは、歯周病学のテキストや論文には常識のように記されております。8020を達成しておられる患者さんはいわばその体現者であり、様々なことを我々に教えて下さいます。これからも健康に過ごしていただくお手伝いをさせて頂きたいと思っております。

さて、世情がどう変化しようとも当院を信頼して通院下さる患者様の期待にこたえるために不易流行の気概で努力を続ける所存です。至らぬ点もあろうかと存じますが、今年もご指導くださいますよう、よろしくお願ひ申し上げます。



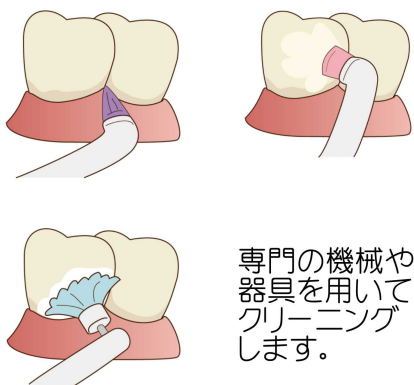
# P M T C

プロフェッショナル  
メデイカル トウニス  
クリーニング

歯をいつも綺麗にしておきたいという方は多いのではないのでしょうか。

毎日、丁寧に歯磨きをしていても、なかなか落ちない汚れや歯垢のとり残しは蓄積しやすいものです。さらに石灰化が進み歯石になると取り除くことが難しくなります。

そこで歯科医院でのクリーニング（P M T C）をお勧め致します。P M T Cは、普段の歯ミ



専門の機械や器具を用いてクリーニングします。



ガキでは取り切れない歯の着色・汚れ・歯垢や歯石を歯科医師や歯科衛生士が専門の機械や器具を用いてクリーニングすることです。歯に付着してしまっている粘膜のバイオフィルムまで除去できるので、むし歯や歯周病を効果的に予防することが出来ます。P M T Cは、上手に磨けない方、高齢の方や矯正装置が入っている方、うまく磨けない事情（状態）がある方にもおすすめです。

P M T Cの内容は、歯科医院によってまちまちですが、歯になにかトラブルがなくても受けられます。P M T Cは保険外診療ですが、ご興味のある方はお気軽に相談をしてみてください。

— 遠藤 —

## ある日のスタツツ

私は片付けが苦手で、すぐに部屋の中が散らかってしまっています。よく「断捨離」という言葉を聞きますが、いらないうと思っただ物でも、また使うかも・・・と思いなおしてしまう、捨てられません。そのため、物がどんどん増えてしまいい、スーパやホームセンターに行くと、収納の為に箱や棚を一つ一つ見てしまいます。

実際には収納の為に物は買いませんが、これがあつたらここに置いて、これを入れて・・・と想像するのが楽しみ



になり、ストレス発散にもつながっています。最近はいらないものはいらないと思えるようになり、捨てることも覚えましたが、想像することを楽しみながら片付けも頑張っていきたいと思っています。

— 横山 —

## 休診日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
1月	1 休診	2 休診	3 休診	4 休診	5	6
7 休診	8 休診	9	10	11 休診	12	13
14 休診	15	16	17	18	19	20
21 休診	22	23	24	25 休診	26	27
28 休診	29	30	31			

1月の休診日は右記の通りです。患者様にはご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願ひ致します。