

# ひらの歯科通信 12月号

第36号 平成27年12月15日発行



今年もあっという間でした！ by ひらてつ院

みなさん、こんにちは。ひらてつ院長です。

今年は暖冬で、12月に入っても暖かい日が続いていましたが、さすがに最近では冬の寒いキリッとした空気になってきましたね。

インフルエンザやノロウイルスが猛威を振るう季節になりましたので、手洗いうがいはしっかりしましょうね！

最近の研究で、口腔内を清潔にすることがインフルエンザ予防に有効なことがわかってきました。

特に朝は、起きたら朝食の前に歯磨きをすると良いみたいですよ！

さて、先日二子玉川ライズに行きました。クリスマスツリーがとてもきれいでみんな友達や恋人と写真を撮っていました。



今年もあと少し！

ひらてつ院長も長かった3年間の大殺界ももうすぐ終わります。

来年は年男です。

1年間ありがとうございました。

歯で困ったら ☎ 0466-49-1382まで！

ひらの歯科医院 藤沢市菖蒲沢611-1

月曜～土曜 9:00～13:00/14:30～18:30 (火・木～17:30) 休診：土曜午後・日・祝



新しいチャレンジ！ by DH 佐藤

歯科衛生士の佐藤です。

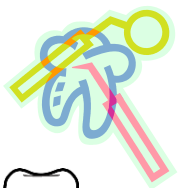
私は最近新しい習い事をはじめました(^)

今まで料理はあまりしたことがなかったのですが、食べることは大好きなので自分でも美味しいものが作れたらいいな～と思い、友人に誘われたこともあり料理教室に通っています。

新しいことを学ぶのは新鮮でとても楽しいです(^)

この間パンを初めて作りました♥□





## 何事もメンテナンスが大切です! by DA 仁部

こんにちは、助手の仁部です。

12月に入りだんだん寒さが増して乾燥してくると、加湿器の出番です。ね! 早速今月から加湿器を使っています…笑

さて、15年乗り続けているバイク(リトルカブ)を初めてメンテナンスに出しました!



愛車です

タイヤはひび割れ、チェーンはたるみ、バッテリーは弱く、ブレーキを踏むとキーキー音が鳴り、玉切れでランプがつかない…(>\_<)

とても乗り心地の悪いバイクでしたが、部品を新しく変えたら乗りやすい、使いやすい。

もっと早くメンテナンスに出せば良かったと後悔です!!

そこで皆さんもお口の中の事で、困りごとがありましたら、メンテナンスをおすすめします。

衛生士さんに、お口の中をきれいにしてもらい、虫歯チェックもしてもらいましょう!!

きっといいアドバイスがもらえますよ(\*^^\*)



## おすすめケアグッズ! by DH 佐藤

入れ歯洗浄用泡フォーム。

入れ歯をお使いの方、お手入れはどうしていますか??

今日ご紹介するのは泡で入れ歯を磨く洗浄剤です!

ミントの香りで爽快感があります。

入れ歯にも歯と同じように歯垢や歯石がついてしまうので、食後は必ず磨いて下さい。

その際に歯磨き粉を使用してしまうと入れ歯を傷つけてしまうため、歯磨き粉は使わないで下さい。

入れ歯専用ブラシもあるので、是非お使い下さい^^

