



やわらぎ会通信 Vol.47

GW目前に控え、お出かけの計画などありますか？ 広島は全国2番目の人出といわれる、フラワーフェスティバルがあります。お天気が良いといいですね。

さてやわらぎ会では、このGW期間中、待合室の洗面所とお手洗いを改装する予定です。従って、**4月29日(金)から5月5日(木)**まで休診とさせていただきます。壁紙の張替えなどの小さなものはありましたが、この度は全面改装になります。連休明けには気持ちよく使っていただけることでしょう。ご迷惑をおかけしますが、どうぞご理解のほどお願いします。



歯科医の紹介

旧藤田歯科クリニックからやわらぎ会歯科診療所に移行してこの春で5年目になります。現在は自由診療は理事長藤田、保険診療は副院長中沖・半澤の3人体制で診療を行っています。



Dr. 中沖



Dr. 藤田



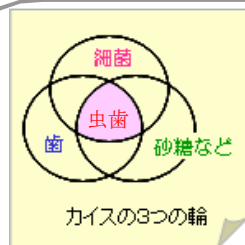
Dr. 半澤

やわらぎ会歯科診療所では、4月から平日・土曜日は午後9時まで、日曜日は午前10時～午後5時まで診療を行っています。今までの診療時間では、仕事と重なって治療をあきらめていた方や、例えば子供さんがいて歯医者に行けなかったお母さん方も（ご主人に見てもらったりして！）、安心して治療を続けることができるようになりました。

これからもスタッフ一同明るい笑顔で頑張ります。

なお、歯科医師3名の名刺を同封させていただきます。これからも患者様のご紹介などあればよろしくお願いします。

理事長 藤田和也

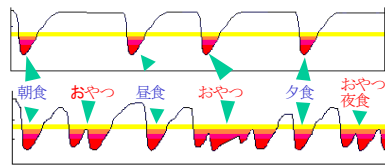


虫歯予防のポイント

細菌の輪、砂糖の輪を小さくすること
歯の質を強くすること

《酸産生時間》

食事をすると口の中の環境が変化し、虫歯になりやすい酸度になります。図中では赤く示しています。



良いパターン/3度の食事と1度のおやつ

悪いパターン/食事の間におやつを何度もしかもダラダラと食べる

例えば飴やガムを無意識に食べている
缶コーヒー(無糖以外)をちびちびと飲んでいる

歯が酸にさらされる時間(赤い部分)を比較するとわかりますよね。どういう食生活を送れば良いのか。



うどん三昧

うどん大好き中沖です。

この冬は寒かったので、うどんをたくさん食べました。

お休みの日には、お昼にうどん、夜には家に帰ってもうどん。寒い日の暖かいうどんは体の芯から温まります。今、〇〇屋という讃岐うどんのお店にはまっていて、中でも釜玉が大好きです。(おいしい情報募集中です！)

4月に入り少しずつ暖かくなって、少し汗ばむようになってきたので、そろそろうどんの季節も終わりかなと思いきや、なんとこれからは冷たいうどんがおいしい季節じゃないですか。結局寒くても、暑くてもうどんはおいしいんだな。

最近うどんを食べていると、自分の体は小麦粉でできているんじゃないかと思う時があります。好きなものだからそれでもいいか。

今度の休みも、うどんを食べに行くつもりです。しかも大盛りを。そして家に帰ったら、もちろん、夜、うどんを...



※同封していますレセプト(保険診療報酬の明細)のコピーは平成17年3月にお受けになられたものです。自由診療のみの方には同封されていません。また患者様からのご意見・ご投稿を受け付けています。手紙・はがき・メールでどうぞ。メールアドレス yawaragi@fujita.gr.jp

平成17年 4月20日号
編集発行人 藤田 和也
編集者 中沖 泰三