

# ひらり 歯科 新聞

## クリニック 2014 9月号



歯磨きは力の  
入れ過ぎに注意!!

オススメ!  
800円



歯ブラシは軽く持つこと

× 悪い例



歯ブラシをぎゅっと握り締める持ち方は、知らず知らずのうちに力が入り過ぎてしまう。

○ 良い例



3本の指でペンを握るように歯ブラシを持つ、力が入り過ぎず、細かく動かしやすい。



歯ブラシをしっかりと行うのは大変、いいことですが、磨き過ぎると弊害もあります。歯の表面を削ってしまい、知覚過敏を起す恐れ、時には虫歯を作ってしまうこともあります。力を入れすぎないように、グッと握るのではなく、金歯筆を持つようにしましょう。また、歯磨き粉も研磨剤が多いものは要注意です。歯を白くする、タバコのヤニを取るなどの効果をうたい回しているものは成分をよく確認しましょう。

知覚過敏  
の方へ→



「歯医者で自分の家板には保険の被せ物を入れない本当の理由!」  
という長いタイトルですが、内容はわかりやすく簡潔にまとめています。(つもりです!)  
私達は皆平氣に良い治療を行いたいと日々思っていますが、診療の時間の中で伝えきれないことがほとんどです。  
伝えきれない大切なことをこの小冊子に書いています。  
是非、ご一読を! 「あけましてこそっとお知らせ」もよろしく!!

医院で治療説明用の  
小冊子(パンフレット)を  
作りました!!



ミーティング"やっています!!

現在月に3回、水曜日の10時間を使ってミーティング"を行っています。  
より良い医院にするためにみんなでお意見を出し合っています。  
皆様にはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひします。

9月17日 10日(水) 14:30~15:30 をミーティング"としてしています。

こんにちは

歯科医師の野原です。🐻

お盆休みを利用して実家のある石川県金沢市に帰省してきました。  
金沢の観光地の兼六園、ひがしの茶屋街へ行ってきました。  
金沢には城下町として昔ながらの景観が79%残っており、和の  
雰囲気を堪能してきました。

みなさんにも石川へ行く機会が  
あれば是非!  
見てほしいです!!



金沢は  
いいところですよ♡