

ハート歯科通信



平成 30 年 2 月【如月号】

こんにちは。先月はお休み中のお話をたくさんの方から聞かせて頂き、とても嬉しかったです。どうもありがとうございました。

2月に入り、寒さや乾燥が気になる時期になりました。風邪やインフルエンザに負けず、しっかりと予防をしていきましょう。又、お口の中も乾燥しやすいので気を付けてください。

【DA コーナー】 ～歯科助手より～

今年もやってきました！2月はバレンタインデー♪♪ということで、去年同様期間限定でキシトール配合の『虫歯にならないチョコレート』をお渡しします。歯磨き後、特に寝る前に摂取すると効果的という歯医者さんが作った驚きのチョコレート！！一袋99円にて販売しております。是非、食べてみてください。美味しいのに歯にも優しく、一石二鳥です！！



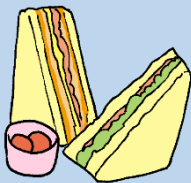
歯科助手の
是此田です！



【DH コーナー】 ～歯科衛生士より～

みなさん、お子さんやお孫さんのお菓子を食べ始める時期をご存知ですか？
そもそも子どもに与えるおやつ本来の目的は、栄養とエネルギーの補給です。幼児は消化機能が未熟で、1回で食べられる食事の量は少なく、1日3回の食事だけでは必要な栄養やエネルギー量を満たすのが難しいのです。特に3歳を過ぎると1日に必要なエネルギー量が大人の3分の2にもなるので、第4の食事がかかせません。

味覚は離乳食が始まる5ヶ月頃から10歳までの食経験によって育まれ、この時期に与えられた食べ物によって味覚の好みができます。この時期に甘いお菓子ばかりを与えていると、甘味への欲求がエスカレートしていき、野菜など本来の素材の味を美味しいと思えなくなり、好き嫌いの多い子になってしまいます。この時期は食生活の基盤をつくる大事な時期なので、甘味や塩分、脂質が多い市販のお菓子ではなく、できれば手作りのおやつが理想的です。お勧めはおにぎり(しらす、わかめ、ごまなど



普段使わない具)野菜など具沢山のサンドイッチ、季節の果物、無糖のヨーグルト(手作りジャムや果物を混ぜていただいてもOK)です。
是非、心掛けてみてください。

歯科衛生士の
大宮です！



【矯正・外科診療日のお知らせ】※受付で予約をお願いします！

矯正歯科診療日 齋藤晶子先生	歯科口腔外科診療日 市ノ川義美先生
2月4日(日) 9:30～18:00 8日(日) 9:30～13:30	2月17日(土) 9:30～13:30
3月4日(日) 9:30～18:00 8日(木) 9:30～13:30	3月24日(土) 9:30～13:30

お子様が治療後に出来るガチャガチャ！種類が増えていますので、お楽しみに☆★

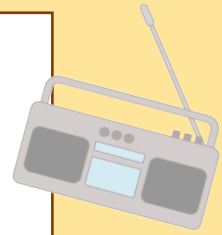


【理事長先生出演ラジオのお知らせ】

理事長先生によるラジオ『鎌倉 FM シーサイドステーション』が毎週水曜日午前10:48～11:00に
 函の相談コーナーのパーソナリティーとして出演しております！

2月のお話はこちら！

- 小児の指しゃぶりについて (2月7日)
- お口の乾きについて (2月14日)
- 歯科健診の役割 (2月21日)
- 口腔内腫瘍の種類 (2月28日)



鎌倉 FM:82.8MHz
 出演中！！



【診療時間のお知らせ】

当院診療時間は下記です。ご予約の際は0467-47-4618までご連絡下さい。

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:30		●	/	●	●	/	●	●
15:00～19:00		●	/	●	●	/	/	●

休診日:火・金曜日 ※日曜・祝日は18:00までの診療です。

【当院へのアクセス】

住所：〒247-0056

神奈川県鎌倉市大船2-25-2セルアージュ鎌倉大船1F

電話番号：0467-47-4618

最寄駅：JR 東海道線・JR 京浜東北線・JR 横須賀線

湘南モノレール『大船駅』から徒歩6分

※お車の場合は下記駐車場を使ってください

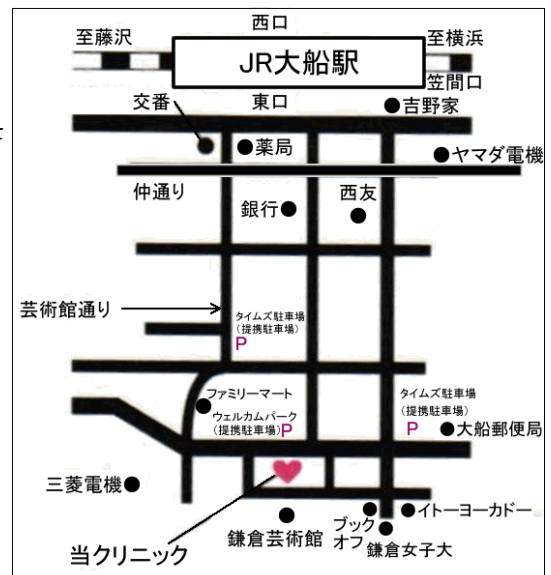
■当院裏側の駐車場(当院入口とは反対側)

⇒1台分の駐車無料スペースとなります

■ウェルカムパーク(道路挟んで向かい側)

⇒1時間分の割引コインをお渡しします

■タイムズ駐車場(大船郵便局隣) ⇒20分の割引チケット1枚お渡しします



医療法人東歯会
鎌倉ハート歯科クリニック
 Medical Corporation Toshi-kai
 Kamakura Heart Dental Clinic since 2005
<http://www.kamakuraheart.com/>

