



ハート歯科通信

令和元年12月【師走号】

2019年も残すところあと1ヶ月となりましたね！今年もたくさんの患者様に来院して頂きまして、ありがとうございました☆来年も宜しくお願い致します。
当クリニックは12月29日-1月5日まで年末年始のお休みを頂きます。

【DAコーナー】～歯科助手より～



こんにちは、今回はブラークチェッカーという歯垢染色液の紹介を致します。
当院に来院の患者様はご存知の方も多くいらっしゃるかと思います！
お口の中を染色液で染めることによって、簡単に口腔内の清掃状態をチェックする事が出来ます♪色が着色した部分が磨き残しになるので、どこが磨けていないのか分かりやすいです！当院に来院の際、行う事も可能ですが、販売用もございますので、磨き残しや汚れをきれいに落として、気持ちよく新年を迎えましょう(^^)♪

【DHコーナー】～歯科衛生士より～



こんにちは、今回は「舌苔」についてお話しします。
舌には様々なものが付着し舌状に見えることがあり、これを舌苔といいます。
細菌、食べカス、口腔粘膜の剥がれた上皮などが舌に付着した集合体で構成されています。薄く付着している(少し白い)状態は正常です。
ここでは、口腔内を清潔に保つため、舌苔の清掃方法について説明します。
舌苔は分厚くなったら清掃しましょう。舌苔が多くなると口臭や舌の痛み、味覚障害の原因になることがあります。
市販されている舌用の歯ブラシや用具があります。
これを使用するかあるいは柔らかい毛の歯ブラシを使って舌苔を落とします。
優しい力で奥から手前へ汚れをかき出すように磨きます。
一度に取り切ろうと思うと舌を傷めることとなりますので、回数を分けて徐々に取り除きましょう。舌苔は舌の動きが弱くなったり少なくなると厚くなってきます。
食事の時はよく噛んだり、話をして口を動かすようにしましょう。
舌の運動が活発になると唾液の分泌が促進され口の中が潤い、しいては口腔内の健康にもつながります。含嗽器で予防しましょう。

西の市に行って
きました！

【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 昌子先生	歯科口腔外科診療日 山ノ川 義美先生
12月5日(木)9:30～13:30 14日(日)9:30～18:00	12月14日(土)9:30～13:30
1月9日(木)9:30～13:30 18日(日)9:30～18:00	1月25日(土)9:30～13:30



【理事長先生出演ラジオのお知らせ】

理事長によるラジオ『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
歯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。

- ドライマウスについて (12月4日)
- 歯周病と全身のかかわり (12月11日)
- 医療費控除について (12月18日)
- Fの応用 (12月25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	●	/	●	●	/	/	●

【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

電話番号:0467-47-4618

最寄駅:JR東海道・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下さい

■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 Tōshi-kai

Kamakura Heart Dental Clinic since 2005

