



ハート歯科通信

令和3年1月【新春号】

あけましておめでとうございます！！昨年もたくさんの患者様に
ご来院いただき本当にありがとうございました。

おかげさまで、医療法人東歯会 鎌倉ハート歯科クリニックは
開業16周年を迎えます。今年もどうぞよろしくお願いいたします♪

【DAコーナー】～歯科助手より～



こんにちは！

新型コロナウイルスの影響もあり、なかなか遠出もできない状況ですが
皆様はどのようなお正月を過ごされていますか？

2021年も皆様のお口の健康を守る手伝いができるよう、スタッフ一同頑
張って参ります♪

今年もよろしくお願いいたします！

【DHコーナー】～歯科衛生士～



今回は、「唾液腺マッサージ効果」のお話をします。

唾液には食物の飲み込みや消化をしやすくするだけでなく、
口腔内を清潔に保つ抗ウイルス、抗菌作用があります。

しかし、加齢とともに唾液の分泌量が減り、口腔内は乾燥しがちに。

口腔内が乾燥しているとコロナウイルスの感染リスクも高まります。

食前の唾液腺マッサージで、安全に食事を楽しみましょう。

唾液腺マッサージ

唾液腺を直接刺激して、唾液の分泌を実感しましょう。ストレスや
緊張で、口の渇きや粘つきを感じたときにも効果的です。



耳下腺

指全体で耳の前、
上の奥歯のあた
りを後ろから前
に円をえがく。



顎下腺

親指を顎の骨の
内側の柔らかい
部分に当て、
5か所くらい順
番に押す。



舌下腺

両手の親指をそ
ろえて、顎の下
からグッと押す。

【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
1月7日(木)9:30～13:30 17日(日)9:30～18:00	1月23日(土)9:30～13:30
1月4日(木)9:30～13:30 14日(日)9:30～18:00	2月20日(土)9:30～13:30

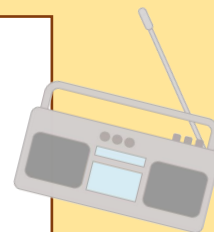
今年はクリスマス会が
開催できませんでしたが
院長がケーキとプレ
ゼントを買ってきてく
れました！



【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。

- 歯の矯正と抜け替わりについて(1月6日)
- 歯科にかかるタイミングについて(1月13日)
- ドライマウスについて(1月20日)
- 智歯歯周炎について(1月27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 Tōshi-kai
Kamakura Heart Dental Clinic since 2005
<http://www.kamakuraheart.com/>

