



# しろいは

医療法人 白水会

白川病院歯科・広報誌

第 2 号 :平成23年 5月発行



日本歯科医師会のPRキャラクター「よ坊さん」  
予防の大切さをみんなに伝えるお坊さんです。

## 歯の衛生週間

## 6月4日～10日です！

予防に関する適切な習慣の定着を図り、併せてその早期発見及び早期治療を徹底することにより  
歯の寿命を延ばし、さらに国民の健康の保持増進に寄与することを目的とします。

これを機会に、予防に取り組んでみませんか？

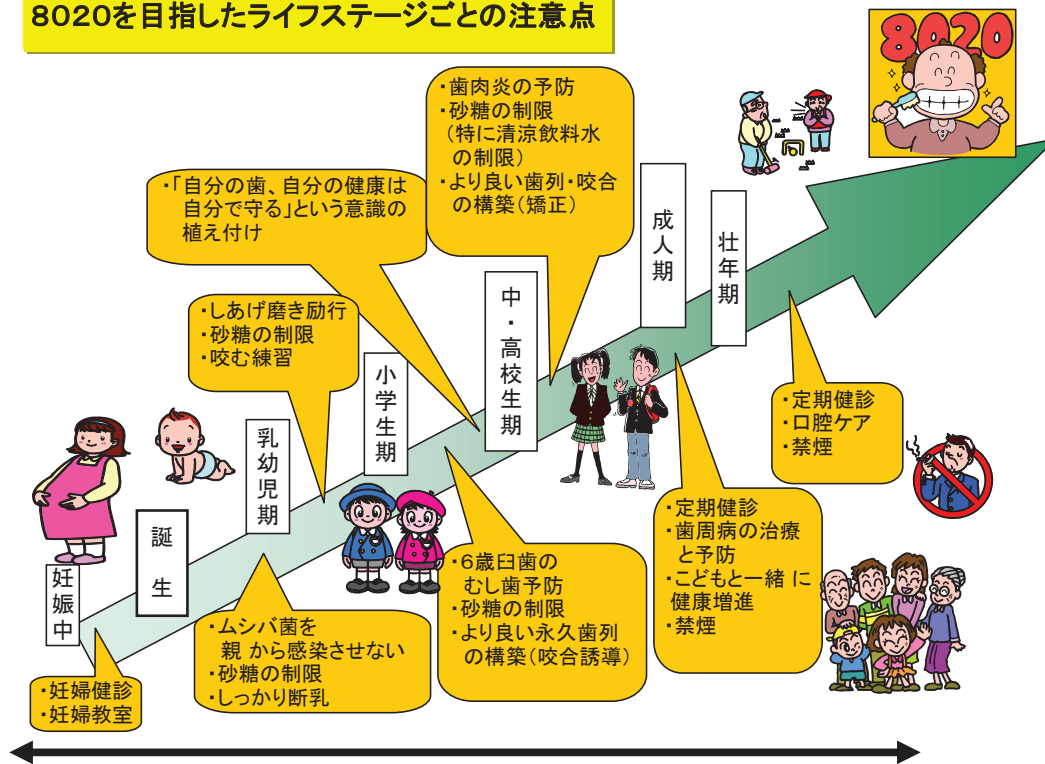
皆さん8020をご存じですか？

8020（ハチマルニイマル）とは「80歳で自分の20本の歯を持つ」という日本歯科医師会が提唱する目標です。20本の歯を保持すれば健康で美味しく食べられ、長生きできると言われています。

さあ、皆さんも生涯を通じたお口の健康作りをしましょう。

『みがこうよ 未来へつなげる じょうぶな歯』

### 8020を目指したライフステージごとの注意点



プラークコントロール、砂糖の制限、フッ素の有効利用、よく咬むこと、定期健診

運動とは、「80歳で自分の歯を20本以上持つ」と日本歯科医師会の目指す目標です

# スタッフ紹介

## 第二弾



- ① 氏名
- ② 職種
- ③ 住まい
- ④ 趣味/特技
- ⑤ 歯科に対する思い

- ① 今井 圭太
- ② 歯科技工士
- ③ 川辺町中川辺
- ④ ウォーキング、ギター演奏
- ⑤ 日々研鑽



- ① 藤井 美代子
- ② 歯科衛生士
- ③ 白川町黒川
- ④ 買い物、ハンドベル
- ⑤ 私はこの仕事大好きです。患者様とも触れ合いながら日々、勉強できるこの歯科の環境にとっても感謝しています。



- ① 川尻 麻里緒
- ② 歯科衛生士
- ③ 下呂市金山町金山
- ④ 温泉、岩盤浴
- ⑤ もっと勉強して頑張りたいと思います。



- ① 田口 理加
- ② 受付
- ③ 白川町坂ノ東大利
- ④ バレーボール
- ⑤ まだまだ勉強中です。みなさんのお役に立てるよう頑張りたいです。

## ことば辞典

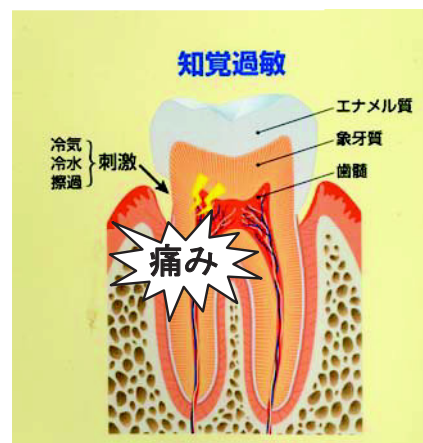
今回から歯と歯磨きに関する用語を一緒に勉強しましょう！

### 第1回目は知覚過敏

歯ぐきが退縮して歯ぐきの下に隠れていた歯の根元（象牙質）の部分が露出し、そこにある無数の穴（象牙細管）を通して刺激が歯髄神経に伝わり、「歯がしみる」と感じるのが、知覚過敏です。

熱い物や冷たい物をお口に入れた時やブラッシングの時に鈍い刺激を感じたら要注意です。

★ほとんどの場合、薬を塗ることで緩和します。ご相談下さい。



白川病院歯科について、ご意見ご要望等ありましたらご遠慮なくお申し出下さい。

TEL:79-0030 メール:sirakawa@cronos.ocn.ne.jp

広報係

熊崎 公子