

2025年1月

Fleur de soleil

フルール・デ・ソレイユ：フランス語で太陽の花“ひまわり”を意味します



ひまわり 歯科

〒940-0864 新潟県長岡市川崎2-2478-1
TEL : 0258-37-7778 / FAX : 0258-37-7775
HPアドレス <http://www.himawari-dental.jp/>

院長挨拶

あけましておめでとうございます。
本年も、どうぞ、よろしくお願い申し上げます。



さて、2025年(令和7年)の干支は「巳年」です。「巳」という文字には「復活と再生」の意味が込められており、これまで努力してきたことが形となり、新しい始まりを迎える年になるとされています。また、「巳」を「実」にかけて、「実を結ぶ」年とも言われております。

「実を結ぶ」という言葉は、歯科医療においても深い意味を持ちます。健康な歯を守ることは、豊かな人生を支える基盤であり、患者様との信頼の積み重ねがその「実」を結ぶものと考えています。また、「復活と再生」というテーマは、インプラント治療やホワイトニングを通じて笑顔や自信を取り戻すお手伝いにつながります。今年もこの精神を胸に、質の高い医療を提供してまいります。

当院では、今年も「来て良かった、またお願いね」と言っていただけのように以下の事項に力を入れます。

【診療技術の向上】

- ◆ 資格取得した歯科衛生士達によるエアフローを使ったクリーニング
- ◆ 訪問歯科協会の認定歯科衛生士による訪問診療
- ◆ 管理栄養士による本格的な栄養相談
- ◆ 安全管理の資格を持つスタッフ達による安全と安心
- ◆ 高いカウンセリング技術を持つスタッフがお受けする診療相談
- ◆ インプラント治療を早期に安定した形でご提供

【物販の充実】

- ◆ 患者さんの毎日に役立つ魅力的な商品を企画・販売



【働きやすい環境づくり】

- ◆ スタッフが気持ちよく働ける環境を整え、患者さんの満足度をアップ



患者さんからの「信頼」と「笑顔」をさらに得られるように、環境のわずかな変化も見逃さず、患者さんの悩みやご要望を丁寧に感じ取り、お口の健康をしっかりサポートしてまいります。今年もひまわり歯科でお会いできる日を、スタッフ一同、心よりお待ちしております。



院長 北沢 敦



コラム

「たった5分でわかる！唾液検査であなたの口腔リスクを見える化する」当院で可能になります！

「唾液でむし歯・歯周病・口腔内健康度が丸わかり！最新検査機器「シルハ (Sill-Ha)」を導入」予定

【測定できる6つのポイント】

1. **むし歯菌**：むし歯の原因菌の数をチェック
2. **酸性度 (pH)**：むし歯になりやすいお口かを確認
3. **唾液の緩衝能**：酸を中和する力を測定
4. **白血球数**：歯周病や炎症の状態を評価
5. **タンパク質量**：お口の汚れの度合いを把握
6. **アンモニア**：気になる口臭の原因を特定



10秒口をすすぐだけの口内環境チェック唾液検査。朝起きたときや何気ない会話のとき、お食事の後も自分の口内環境を確認することはありませんか？

でも、意識しても、実際に口内環境がどうなっているのかわかることは難しいと思います。シルハは、そんな口内環境を、5つの指標で見える化。水で10秒口をすすぐだけで検査できます。

シルハで測れる6つの指標

むし歯菌 虫歯の原因となる虫歯菌の数を測定します。虫歯菌の数が多くなると、虫歯になりやすくなります。	酸性度 酸を溶かしてしまう酸の量を測定。酸の多いほど虫歯になりやすくなります。	緩衝能 酸性になった口の中を中性に戻す力の強さを測定しています。	白血球 歯の組織などに炎症を起こした状態の白血球を測定します。歯ぐきや口内に傷や炎症がある場合、白血球の数が増えます。	タンパク質 虫歯などの口のトラブルや歯肉の腫れ、よけ口の中のタンパク質が多くなると、歯垢が多くなります。	アンモニア 歯垢が溜まることで多く発生するアンモニアの量を測定します。数値が高いほど口臭の原因となります。
--	---	--	---	--	---

【特徴】

- わずか5分で測定完了！
- お口の健康状態が数値でわかる！
- 結果に基づき、**予防ケア**や**治療のアドバイス**が可能に！

「見えない口腔リスク」を数値化し、あなたに合った健康管理をサポートします。



<季節の料理>

美味しく食べて健康増進

春菊の香り和え

◆材料 <4人分>

- 春菊:1パック(約180g)
- 塩:小さじ2
- ごま油:大さじ5
- 焼きのり:1枚
- ゴマ:適量

エネルギー150kcal
たんぱく質 1.65g
脂質 15.45g 塩分 2.6g



春菊は緑黄色野菜の仲間で、βカロテンやカルシウム、マグネシウム、カリウム、葉酸などの栄養素を多く含んでいる。特にβカロテンが豊富。

βカロテン
強い抗酸化作用があり、アンチエイジング効果や生活習慣病予防が期待できる。

◆作り方

1. 春菊を洗い、水気をよく切る
2. 食べやすい大きさにざく切りする
3. フライパンにごま油を入れ、香りがたつまで加熱する
4. 2に3を回しかける
5. 軽く混ぜてから小さくちぎったのりとごまをふって完成

