

## 今月のカレンダー

■休診 ■午後休診

### まちだ歯科クリニック

診療時間 (木・日・祝日休診)  
 平日 9:00-13:00 14:00-18:00  
 土曜 9:00-14:00 (受付終了)  
 院長不在 5/15(水)終日

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### ゆみこ歯科クリニック

診療時間 (木・日・祝日休診)  
 木曜日 訪問診療のみ  
 平日 9:00-13:00 14:00-18:00  
 土曜 9:00-13:00 午後休診  
 院長不在日 火曜終日 水曜終日  
 金曜日午前 訪問診療

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## まちだ歯科スタッフ通信

# POICウォーター

## 臭いがプールみたいなのは何故ですか？

お口の中の歯垢汚れ(プラーク)が分解される時に発生するクロロミンの臭いです。プラークの汚れが多いほど臭いが強く感じますが、継続して使用して頂くと臭いが薄くなります。

## こんな方にオススメです

- ・歯周病が気になる方
- ・むし歯がしやすい方
- ・お口の中が気持ちが悪い方
- ・口臭が気になる方
- ・風邪やインフルエンザを予防したい方

## POICウォーター

# 値下げしました！

(旧) 1本 ¥3,300 (税込)  
 ボトル持参 ¥2,750 (税込)  
 ↓  
 (新) 1本 ¥1,500 (税込)  
 ボトル持参 ¥1,100 (税込)



POICウォーターは、ほとんどの細菌やウイルスを除菌することが可能で、お口のケアに効果が期待できます。こちらまちだ歯科で販売しています。

## Dr.& MESSAGE

まちだ歯科クリニック 院長の町田です。

歯周病が全身の病気に関与することはメデИАなどで最近よく耳にするようになりしました。

先日の熊日新聞に大腸がんと歯周病について記事がありました。日本で1番多いがんである大腸がんの発生や悪化に関係しているらしいとの報告が国内外で相次いでいます。

原因菌として注目されている歯周病菌の一つが大腸がんを悪化させる、大腸粘膜の防御機能が損なわれるなど報告があります。

町田 宗一郎



お口の健康から全身の健康へ、そして、健康寿命を延ばしていきたい。今月もどうかよろしくお願いたします。

口の中にいる菌は、700種といわれ、さまざまな菌が生み出す毒素が全身を巡り心血管系の疾患や糖尿病など悪化させることがわかっていきます。

歯周病菌と大腸がんの研究をしている横浜市立大学医学部教授は、まずは歯科で歯周病の継続予防管理を受け、強く勧めました。



優和会  
Staff Blog  
随時更新中!!

## 先月の学び



- 町田 宗一郎  
キャンセル学1・2  
予防の哲学  
本当のメンテナンス1・2  
メンテナンスを通じて【歯科臨床の構造】  
を考える  
予防におけるコミュニケーション  
医療対策委員会  
熊本市保健所連絡協議会  
ワイズメンズクラブ例会
- 町田 由美子  
県歯理学会  
県歯地域包括ケア委員会  
介護認定審査会  
熊本県行政担当課連絡会  
歯科医療DX研修会  
口から食べる健康を守る会  
ワイズメンズクラブ例会

### 啓蒙活動

天明中学校歯科検診  
(ゆみこ歯科)



優和会は  
ママとこどもの歯医者さん加盟店です

ママとこどものはいしゃさん。



ママとこどもの歯医者さんとは  
安心安全、そして誠実な治療を提供する  
全国的に展開している歯科医院グループです。

## ゆみこ歯科スタッフ通信

### 口腔機能低下症を知っていますか？

最近、このように感じたことないですか？



- ①硬いものが食べにくくなった
- ②汁物を飲むときに時々むせるようになった
- ③口の中が乾くようになった
- ④薬を飲みにくくなった
- ⑤活舌が悪くなった
- ⑥食事をするのに時間がかかるようになった
- ⑦食べこぼしをするようになった
- ⑧食後に口の中に食べ物が残るようになった



上記の項目に当てはまる方は、**口腔機能低下症**の可能性が  
あります。

日常生活におけるお口の機能のささいな衰えを放置してし  
まうと、楽しくおしゃべりしたり、十分な食事をとること  
ができなくなり、心身の活力低下につながっていきます。

### 口腔機能検査ってどんなことする？

- ・口腔衛生状態（お口の中がどの程度汚れているか）
- ・口腔乾燥（お口の中の乾燥状態）
- ・咬合力の低下（咬む力がどれくらいあるか）
- ・舌口唇運動機能（パ・タ・カ5秒間に何回言えるか）
- ・舌圧（JMS舌圧測定器で測定）
- ・咀嚼機能（グルコセンサーGS=IIで測定）
- ・嚥下機能（嚥下機能質問シートに回答）



いつまでも、若々しい健康生活を過ごすために、50歳をす  
ぎたら、口腔機能検査をうけませんか？  
(50歳以上の方は保険適用になります。)

## 訪問診療部より

### 口腔リハビリテーション ～歯ブラシでリハビリ～



歯磨きは、ただ口の中を  
きれいにするだけでは  
ありません。歯肉や舌  
や頬などに歯ブラシで軽  
く刺激を与えることが、  
口の中のリハビリにも  
なるのです。

口は食べ物のかたさや形、性状、味や温度などを感  
じとることが出来るとても敏感な感覚器です。  
ブラッシングの刺激によって、血行もよくなり、感  
覚機能の低下も防げます！

### 《歯ブラシを使ったリハビリ方法》

- ・歯ブラシの毛の部分で、舌の表面や縁をトントン  
と軽く叩いて、感覚を刺激します。
- ・歯ブラシで舌を下に押さえつけると、舌がその力  
に反発しようとするので、筋力アップに繋がります。
- ・電動歯ブラシのスイッチを入れてブルブルさせな  
がら頬の内側や舌、歯肉に当ててマッサージすると  
血行がよくなります。  
頬の内側は、粘膜が傷つかないように歯ブラシの毛  
ではなく背の方を当てます。

医療法人社団 優和会 保険医療機関・労災保険指定医療機関、  
バリアフリー化、施設内全面禁煙、熊本県ハートフルパス制度協力、歯科健  
康診査・妊婦歯科検診・歯の健康相談・患者満足度調査実施、  
歯科医師臨床研修施設、見学、実習生・インターンシップ随時受け入れ中