



はぴねす通信

～2016年 春号～

- p.1 ご挨拶とお知らせ
- p.2 歯科衛生士コラム♪
～むし歯になりやすい食べ物？
- p.4 新しい矯正治療！
- p.5 LINE@とネット予約
- p.6 より安心できる歯科医院へ

発行者：かとう歯科 西尾市錦城町150-25 ☎ 0563-79-5518

西尾市 かとう歯科

検索



こんにちは！院長の加藤です（＾＾）
いつもありがとうございます！

3月は思っていたよりも寒い日が多く、
体調を崩された方も多くいらっしゃると思います。

僕も腱鞘炎やら鼻炎やらと、なかなか万全な状態にはならないまま、
新年度を迎えることになりました（--；）

この春は、卒園、入学、入園と行事が続き、
昨年から予定していた3カ月の講習会もはじまります（≥▽≤）

春だからという訳ではありませんが、今年度は**また新しい一歩を踏み出そう**と考えています。

小さな一歩（！？）かも知れませんが、**少しでも皆さんのお役に立てるように**、
現在はスタッフ全員で話し合い、方針を固めているところです。

変わらない勇気よりも、**良い意味で変われる勇気を持って**、
これからも頑張っていきたいと思っています！！

応援よろしくお願い致します！！

より良い歯科医院づくりを目指して！

昨年実施致しましたアンケートで「**待ち時間が長い**」というご意見を
いただいております。

そこで、**できるだけ待ち時間を少なく**診療室にご案内できるように、
一部**ご予約の調整**をさせていただいております。

それに伴いまして、以前よりも若干ご予約が取りにくいかも知れませんが、
ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。





むし歯になりやすい食べ物、なりにくい食べ物



“虫歯”とは、なんてイヤな響きなのでしょう…

でも子どもたちは（大人も！！というか私たちスタッフも！！）

お菓子大好き♡

たとえ虫歯になったとしても、お菓子をキッパリスッパリやめる！
というのは難しいですよね！？

飲食をすると、口の中が酸性になります。

そして、その状態で虫歯菌が糖分と出会い、長い時間一緒にいると
虫歯ができやすくなるのです。

・・・ということは、虫歯になりにくいおやつとは、
糖分が少なく、口の中に残る時間が短いおやつ！！

では、**最も虫歯になりにくい**おやつ＆**なりやすい**おやつは何なのか？
紹介しちゃいます！！



右ページ



～虫歯になりにくいおやつリスト～



をご覧ください

これで、虫歯になりにくいおやつ＆なりやすいおやつがわかりますね！！

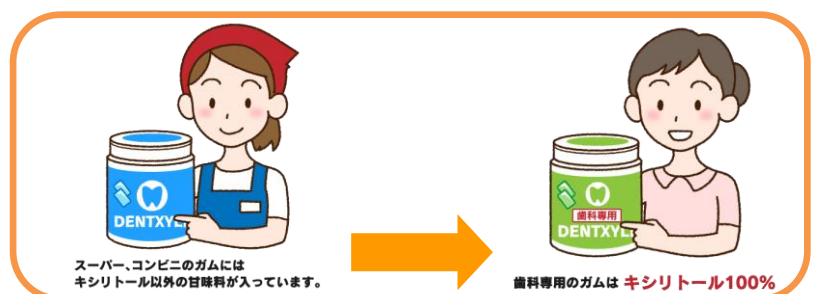
皆さんが好きなお菓子はどこにありましたか？

虫歯になりにくいお菓子は**ダラダラ食べず、**
食べた後はお茶やお水で口をゆすぐと
いいですね。



その後**キシリトールのガム**を噛んで
口の中が酸性に傾いているのを
直してあげる事をお勧めします！！

気を付けて、おやつを食べましょう！





～虫歯になりやすいおやつリスト～



NG
↑

ガム あめ グミ
キャラメル
アイスクャンディー（ビニール入り）



虫歯になりやすい
おやつです

コーラ



チョコレート
（ポッキー・チョコパイ・M&M）
ラムネ
ビスケット・スナック類
（クッキー・カール・ビスケット）



10 分以内で
食べましょう

オロナミンC
ファンタ

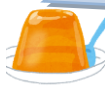


菓子パン
（あんぱん・メロンパン・
ホットケーキ・バーククーヘン）
和菓子
（みたらしだんご・ようかん・ざらめせんべい）
ドライフルーツ



イオン飲料
（ポカリスウェット、
アクエリアス）
ミルクココア
カルピス

プリン ヨーグルト
ゼリー みつめめ
アイスクリーム



ダラダラ食べない
ようにしましょう

果汁飲料
（トマトジュース、
100%ジュース）

乳酸飲料
（ヤクルト）

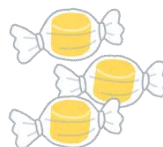
スナック菓子類
（ポテトチップス・ポップコーン・
ベビースター・えびせん）

果物
（りんご・バナナ・ぶどう）
インスタント食品
（コーンスープ・カップラーメン）
せんべい

果物には糖が含まれ
ているので寝る 2 時
間前の摂取はひかえ
ましょう



乳製品
（チーズ）
シュガーレス食品
（シュガーレスキャンディ・シュガーレスガム）
天然素材食品
（ナッツ・さきいか・都こんぶ）



積極的に取り
入れるといい
です

お茶
麦茶
牛乳
紅茶
お水



↓
OK

新しい矯正治療がスタートします！

かとう歯科の矯正治療に、新しいメニューが加わることになりました！
その名も『インビザライン』です。

一般的なワイヤーを使った矯正治療と異なり、
マウスピースを活用する矯正治療になります。

最大の特徴は、透明のマウスピースなので**目立たない**こと。
人と接する機会の多い方など、治療中の見た目が気になる方に
新たな選択肢となり得ると思います。

また、取り外しが可能なため**食事の際には外すことができ**、
装置に食べ物が詰まらないなど、口腔内も衛生的に保てます。

ただし、**装着を忘れてしまうと治療効果が得られません**ので、
ご自身できちんと装着していただく必要があります。

このような特徴から、永久歯が生えそろった後に
大人の方でも取り組みやすい矯正治療として、
かとう歯科でもスタートすることになりました！

インビザラインは、**土曜日担当の近藤先生が専任**となりますので、
気になる方は**お気軽に無料相談へお越しください！**



矯正治療の無料相談、気軽にご利用ください！

当院では、下記の日程で矯正治療の治療・相談を実施しています。

- ・ **第1金曜日 15:30～** 担当：高田先生
- ・ **第2土曜日 14:00～** 担当：近藤先生（長坂先生、葛島先生）
- ・ **第3水曜日 15:30～** 担当：高田先生

当院の矯正治療は、**矯正専門の先生が治療と相談を**実施しています。

お子さんの歯並び治療はもちろんのこと、
大人の方にも治療を受けていただけます。

矯正治療の**相談は無料**です。

気になることがございましたら、まずは無料相談にお越しください。



高田恭子先生



近藤純子先生

かとう歯科のLINE@ お友だち募集中！

かとう歯科では、人気のアプリ『LINE』を通じて、
メールマガジン配信しています。



- ・スタッフの楽しいコラム
- ・歯とお口の健康を守るマメ知識
- ・歯とお口の健康Q&A
- ・美味しく食事を楽しむマメ知識とレシピ
- ・美容と健康に役立つマメ知識とエクササイズ
- ・当院の診療予定

など『健康で豊かな生活に役立つ情報』を
テーマに毎週1回情報を配信しています。
ぜひお友だち登録をお願いします♪

♪ 登録方法 ♪



1. QRコードで追加

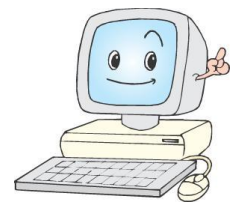
メニューの「友だち追加」で「QRコード」を選択。
右のQRコードを読み取ると、友だち追加できます。

2. 検索して追加

メニューの「友だち追加」で「ID検索」を選択。
「@kato-sika」と入力して検索すると、
友だち追加できます。

インターネット予約ってどうやるの???

かとう歯科では、24時間いつでも予約や予約の確認と変更ができる
インターネット予約システムを導入しています。



まずは、ネット予約の入力画面まで、↓の要領でアクセスしてください。

パソコン・スマートフォンの方

当院のホームページより



フィーチャーフォン・QRコードの方

下のQRコードより

<初めての方>



<2回目以降の方>



アクセスすると、入力画面が出てきます。↓→

★ ご注意ください ★

インターネット予約にログイン
する際の患者様番号は6桁
での入力となります。

患者様番号とご生年月日を入力して、ログインしてください。

また、ご希望の方には、ご予約の前日に予約確認メールを配信しています。
あなたのメールアドレスを登録していただくだけで、確認メールが届きますので、
右のQRコードよりご登録ください！



メールアドレス
登録用QRコード



より安心して治療を受けられるように…



かとう歯科では、歯科医師以外にも
患者さんのご相談に乗ることができるように、
治療に関するご相談役を配置しております。

補綴（詰め物や被せ物）のご相談

森嶋 由季



矯正治療のご相談

種村 栞



まだまだ勉強中のこともたくさんありますが、
安心して治療を受けていただくことができるように、
精一杯サポートさせていただきます。

気になることなどがございましたら、いつでもご相談ください！

歯科衛生士さんを募集しています！

当院では、**歯科衛生士の資格をお持ちのスタッフを募集中**です。
常勤の歯科衛生士さん、週1日以上午後勤務が可能なパートさんからの
ご応募を受け付けております。

求人情報の詳細は当院のホームページに掲載しております。

お知り合いに歯科衛生士の資格をお持ちの方がいらっしゃいましたら、
当院の求人情報をご案内いただけましたら幸いです。

かとう歯科では、
歯科衛生士さんを
募集しています。



お知り合いの方に歯科衛生士さんが
いらっしゃいましたら・・・

**当院の求人情報を
ご案内ください。**

詳細は、当院のホームページにて
ご覧いただけます。

お知り合いの歯科衛生士さんに
お知らせください。



西尾市錦城町150-25

かとう歯科

TEL 0563-79-5518

西尾市 かとう歯科

検索