

0566 - 21 - 0211

こんにちは。京極歯科の久田和明（ひさだかずあき）です。このたび、あなたやあなたのご家族にとって当医院がより身近な存在になって頂くために、京極歯科のニュースレターをお届けすることにしました。引き続き今回は第5号となります。



## 当院独自の入れ歯の型どり！！

入れ歯を精密に作るため、あなたの顎の状態を機能的にも正確に型どりすることがより良い入れ歯をつくるために、とても重要なポイントです。当院では長年の試行錯誤の後、患者様の負担をなるべく少なくし、しかも正確に型どりする方法を採用しております。

この方法は、今現在使われている入れ歯の状態をまず、かみ合わせの状態・見栄え・発音状態・装着感・顎の状態などから最善の状態に調整し、やわらかい粘膜調整剤を使用して準備します。そしてその入れ歯を使用しながら、新しい入れ歯を作ることができ、型どりをしても、そのまま新しい入れ歯ができるまで、お口の中の状態は、入れ歯がなくなり、困ることのない方法です。また、型どりするまで、顎の状態を正しく粘膜調整し、かみ合わせから細部まで一番最良の状態の時点で型どりをするため、出来上がる新しい入れ歯は、その一番良い最良の状態を再現した入れ歯を完成させることができます。型どりの当日は、午前最後の時間に来院して頂き、その日の昼休みに入れ歯をお預かりして、当院にて型どりして当日の午後に入れ歯をお返ししております。



## 医院のお花



## 歯にいいお料理レシピ

低コレステロール料理なヘルシーレシピを院長夫人が紹介します。適度な歯ごたえを楽しみながら、よ〜く噛んで食べてくださいね！

レシピ4人分

- ごぼう ……1本
- にんじん ……1/2 本
- 油 ……大さじ1
- 砂糖 ……大さじ2 1/2
- しょうゆ…大さじ2



ごぼうは皮をこそげ、4~5cm長さの粗い千切りにし、水にさらしてアクを抜く。

にんじんは皮をむき、ごぼうと同じ長さの粗い千切りにする。

鍋に油を熱し、水気を切ったごぼうとにんじんをいれ、さっと炒め砂糖、しょうゆで調味し手早く炒める。

# スタッフ紹介

## 杉浦

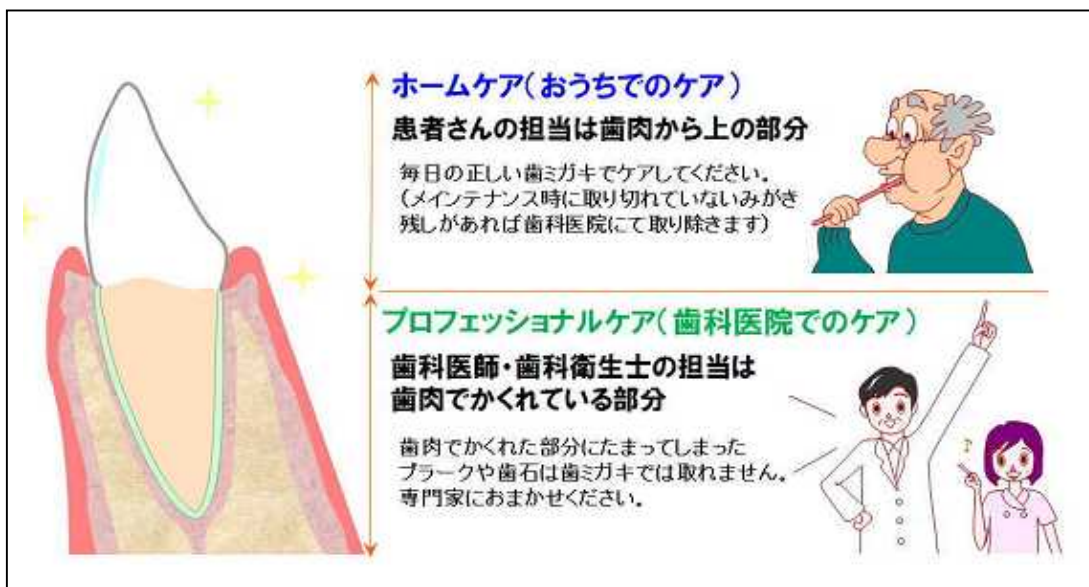
私がこの歯科衛生士という道を進もうと思ったのは、子供の頃歯医者に行くのがとても優しくブラッシング指導を行ってくれて、恐怖心がなくなり、歯磨きもしっかりできるようになりました。私もそんな歯科衛生士になりたいと思い、この道を選ばました。

歯を磨くことは、思ったよりも難しく、悩まれている患者様も大勢いらっしゃいます。ですが、ほんの少し磨き方を変えるだけでキレイに磨くことができます。そんな少しのアドバイスが大事だと思います。

定期検診のときなど、患者さまの疑問や質問に答えられるよう勉強していますので、ぜひ声をかけてください。



## おうちでのケア と 歯科医院でのケア



プロの私たちでもセルフケア(歯磨き)では、汚れが落ちない箇所がある  
しかし、患者さんと私たちで役割分担すれば、可能である

歯周病やむし歯は治療が終わってからの毎日のケアが肝心です。  
歯周病やむし歯は再発しやすい病気。せっかく回復した口の中の健康をずっと維持するためには、  
毎日のきちんとした歯磨きと、規則正しい生活習慣、そして専門家による定期的なチェック(メンテナンス)が必要です。  
治療が終わっても患者さんと歯科医師・歯科衛生士の二人三脚は続きます。  
あなたの口の中の健康をいつまでも、保つためにの一生のお付き合いです。  
どうぞよろしく!!

歯周病が心配でしたら、気軽にお電話ください!



久田 和明

歯学博士

歯科理工学専攻

趣味はへたなゴルフ

### 京極歯科

〒448-0844 刈谷市広小路3-33 (木・日・祝は休診です)

電話予約 0566-21-0211

ネット予約 インターネットで [刈谷市 京極歯科](#) で検索してください。(24時間対応)

E-mail...[info@kyougoku.jp](mailto:info@kyougoku.jp) HP...<http://www.kyougoku-dental.com> <http://www.ireba-aichi.com>

