

不況の時こそ歯科医院を利用しよう

健口だよりをご愛読いただきまして有難うございます。

また、日頃より日高歯科医師会の事業にご協力、ご参加頂き有難うございます。

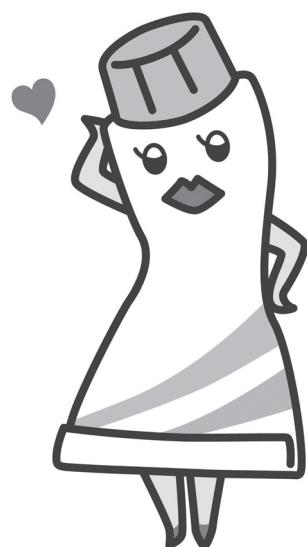
昨今、世の中では不況、不況と騒がれております。今後この不況は長期に続くとも言われております。こんな時になるべく出費は控えたいと、誰もが考えるのが当たり前だと思います。しかし、突然病気に罹ってしまうことは誰にもありえることです。病気に罹りますと、病院にかかったり薬を飲んだり、思わぬ出費がかかってしまいます。私たちの歯科領域においても、誰でも経験があるように、歯の痛みはそう簡単に我慢できるものではありませんし、歯のない状態では食事時でも会話も楽しくありません。

そうなる前から歯科医院を受診しても、長

期間通院をして、高い医療費を支払わなくてはなりません。もちろん医科的病気の場合は命にかかわることも考えられるので、我慢していられない状況になります。いくら高額な医療費でも支出しなければなりません。そうならない為に普段からの予防が必要です。医科的病気の場合の予防は大変ですし、何でもないのに病院に通院している方はいないと思います。しかし、歯科は何でもない時ほど通院して、予防に歯科医院を利用していただきたいと思えます。

歯科的病気の予防とは、簡単に言えば毎日の歯磨きの習慣だけです。ただし、勝手に思いの方法で歯みがきをしていけばよいというものでもありません。

そこでプロ（歯科医師・歯科衛生士・歯ブラシアドバイザー）による管理が必要となり、



それに歯科医院を利用することが大事になってきます。現在自分で行っている歯磨きが十分効果を発揮しているか、また、自分の口にあつた方法なのか、使用している歯ブラシが自分にあつているか、などを定期的に通院してアドバイスを受けることは重要です。また、定期的に通院することによって、なかなか発見できない小さな虫歯を早期に発見することができ、時間も短く、痛みも少なく、その場で治療することも出来ます。

前にも書きましたが、歯科医院の過剰の現在は、皆様方には非常によい時代になったと言えます。昔は痛くもないのに歯科医院を受診する人はいなかったですし、受診したら怒られることさえありました。それは歯科医師も少なく忙しかったからです。そろそろ従来の歯科医院の利用法から予防

を中心とした、歯科医院の利用へとチェンジ
することを奨めいたします。

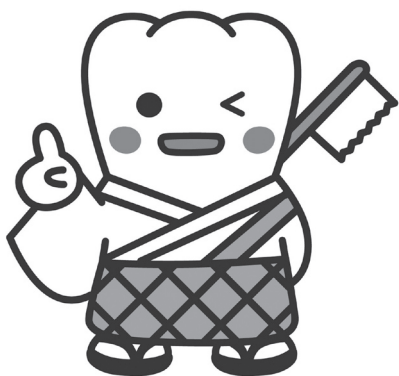
我々日高歯科医師会は、色々な事業を通して定期通院を奨めております。皆様方の定期通院をお助けするために、日高歯科医師会の全会員の歯科医院に歯ブラシアドバイザーも配置しております。定期通院は3ヶ月ごとをお奨めしています。それは前に書きました歯周病（歯槽膿漏）との関係です（詳しくは1〜3号を参考にして下さい）。定期通院にも料金は掛かってきます。3ヶ月に1回、3500円程度の負担金となります。これは1ヶ月に1200円程度となります。悪くなくて根の治療をしたり、歯を抜かなくてはならなかったり、そこに入れ歯を入れたりすると高額な負担金になりますし、時間も掛かります。まして、いつそうなるか予測がつかず突然の場合が多いです。

3ヶ月に一度定期通院をしていると、毎月掛かる医療費は予定ができ、急な出費は抑えられる事となります。これで歯科の病気にについては健康面でも、金銭面でも計画ができて安心です。この不況時代を乗り越える一助として、以上のような考え方をしてみるのも良いのではないのでしょうか。

ご存じですか？

平成20年11月の新聞（日刊ゲンダイ）の記事によりますと、医療費の調査報告について書かれており、自分自身の歯がゼロの高齢者は、歯が20本以上残存している人と比べ、1か月の医療費が14,813円も多くかかったとのこと（年間の医療費は約18万円も違います）。また、歯が1本〜9本残っている人との比較でも6,656円も1か月の医療費がかかったとのこと（こちらの場合も年間の医療費が8万円も違います）。

ご自分の歯を大切にして身体も健康に過ごしましょう。



北海道歯と口の健康に関する図画・ポスターコンクール 2次審査結果発表

日高地区関係分の入賞者は以下の通りです。おめでとうございます。

北海道歯科医師会長賞（低学年の部）

新ひだか町立延出小学校 3学年 本間 雅さん

北海道歯科医師会長賞（高学年の部）

新ひだか町立延出小学校 6学年 幌村 友恵さん

入選

新ひだか町立延出小学校 6学年 沼田 佳樹さん

(社)日高歯科医師会からお知らせです

1. 誕生月には検診を受けませんか？（無料です。）

むし歯、歯周病は知らず知らずのうちに悪くなっていきます。年に1度は気軽に歯科医院にて検診を受けましょう。
（受診した方にはプレゼントをさしあげます。）

2. あなたは歯ブラシをどのように選んでいますか？

本会所属歯科医院に勤務している認定講習会を受講した歯ブラシアドバイザーが、あなたに最適な歯ブラシをアドバイスいたします。ぜひご利用ください。（歯ブラシアドバイザーは日高歯科医師会会員の歯科医院にいます。）

3. 少人数で歯の勉強をしてみませんか？

あなたが所属しているサークル、グループで歯科に関する勉強会を行いませんか？日高歯科医師会より無料で講師を派遣します。時間は30分～1時間くらいです。（老人会、ダンスのサークル、ママさんバレー、料理教室、茶道教室、詩吟サークル、職場での勉強会等のような集まりでも結構です。）

4. スタッフバンク制度に登録しませんか？（登録は無料です）

本会では以前歯科医院に勤めていた方や歯科衛生士の免許を持っている方を探しています。

例えば、他の地域で歯科医院に勤務経験があり、日高管内に戻ってきて、歯科医院に勤めたい方などです。
パート、アルバイト希望の方も大歓迎です。

登録されますと、次のようなメリットがあります。

- ・各歯科医院において優先的に採用いたします。
- ・新人として採用される場合でも勤務経験年数により、高給又は高時給になりやすいです。

（条件等詳細は各歯科医院により異なります。）

お問い合わせは 日高歯科医師会事務局 坂森まで 電話 0146-42-2784

日高歯科医師会登録優良歯科医院

日高町	貫気別歯科診療所	谷本歯科医院	酒井歯科医院
日高町立日高歯科診療所	新冠町	中村歯科クリニック	かつみ歯科医院
土井歯科医院	井上歯科医院	田中歯科医院	原田歯科医院
鎌田歯科医院	新冠ファミリー歯科	東静内歯科診療所	青山歯科
フォーク歯科	新ひだか町	波川歯科	様似町
門別歯科診療所	ささじま歯科医院	ふなき歯科	島田歯科医院
森歯科クリニック	鮫島歯科医院	浦河町	ファミリー歯科医院
平取町	アムール歯科医院	宇毛悟歯科医院	えりも町
平取歯科診療所	平野歯科医院	吉川デンタルクリニック	にしかわ歯科医院
振内歯科診療所	山口歯科医院	堤田歯科医院	えりも中央歯科

誕生月には歯科検診を受けましょう

社団法人 日高歯科医師会

<http://www.e-hidakashi.com/>

読者の声

いつも健口だよりを読んで口の健康・歯の健康の維持の参考にさせていただいています。先日、娘の3歳児検診で「ムシ歯ゼロ」と言われ嬉しくなりました。毎日の歯磨きとフッ素塗布・キシリトールタブレットをこれからも続けていきたいと思っています。
(新冠町 30代女性)

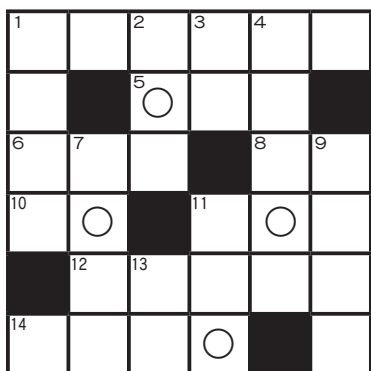
今回の健口だより、楽しく勉強させてもらいました。新しく歯がはえてから2〜3年はむし歯になりやすいと初めて知りました。うちにも子供が3人いるためすぐわかりやすい説明で、今回の健口だよりは保存版ですね！
(日高町 30代女性)

健口だよりで歯の勉強をさせていただいています。私は36歳なので、これからはむし歯よりも歯周病に気をつけなければと思っています。そのために、子供と一緒に定期的に歯科医院で健診を受けています。
(様似町 30代女性)

第8号「クロスワードパズル」 当選者発表と答

「健口だより第8号クロスワードパズルクイズ」に多数応募いただき、誠にありがとうございます。応募総数146通、正解者143名の中で厳正なる抽選の結果、3名の方が当選されました。

クロスワードパズル



ハガキに答え・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、〒057-0013 浦河町大通3丁目15 堤田歯科医院内クイズ係宛にご投函ください。正解者の中より、抽選で3名の方に**音波歯ブラシ**を差し上げます。

締切：平成21年4月15日(水)
(当日消印有効)

※応募はお一人様一通限りとさせていただきます。ご応募された個人情報、応募者の同意なしに第三者へ提供することはありません。

○に入る言葉を並べてください。
(ヒント 春はお別れの季節ですね)

前回の答 「シモツキ」

えりも町 柳 様
平取町 津川 様
新ひだか町 小原 様
景品として、音波歯ブラシを送らせていただきました。おめでとうございます。

横のカギ

- 1 私たちが住んでいる北の大地
- 5 ごめん！今日どうしても___がつかないんだ
- 6 野球の外野と言えば、レフト、センター、___
- 8 ___の上にも三年
- 10 歌を記念して作られた碑のこと
- 11 ♪ ___の正面だあれ？(かごめかごめ)
- 12 アメヤ___、青物___、ラーメン___
- 14 去年、サミットがありました

縦のカギ

- 1 心がはればれとしての様子
- 2 切る を英語で？
- 3 黒石と白石で戦います
- 4 手術の前には、これにサインします
- 7 考えになかったこと。意外なこと。___をつく
- 9 プロは玄人、ではアマチュアは？
- 11 そばを打つときに、手や板などに付かないようにまぶす粉のこと
- 13 小さい建物のこと

堤田 幸一
河合 祥司
湯浅 徹
原田 史也
角川 弘晃
青山 哲也

編集後記

今号は年度末の総括として、不況の時こそ歯科医院を利用して定期的に通院をしましょうという提案をさせて頂きました。歯科医院は痛くなつてから、ひどくなつてから訪れる場所と言うのは、今は昔の話です。どうぞ身近な歯科医院を利用して、お口の健康づくりのお役に立てて頂ければ幸いです。我々日高歯科医師会も地域医療に貢献すべく努力していきますので、今後ともどうぞ宜しくお願い致します。引き続き、皆様の貴重なご意見・ご質問・ご感想をお待ちしております。

編集後記