



定期的な健診を受けましょう！

むし歯がないから、治療が終わったから、もう歯医者に行かなくていい、なんて思っていますか？実は定期的に口腔内をチェック・クリーニングすることがとても大切です。むし歯や歯周病になる前に通院し、健康な口腔内環境を作り、維持していきましょう。

定期健診で行うこと

- ・虫歯検査
- ・歯周病検査
- ・クリーニング
(歯垢・歯石・ステイン除去)
- ・仕上げみがき



歯垢・歯石除去

健診と聞くと、むし歯があるかないか、歯周病になっていないか等のチェックだけとイメージしてしまいがちですが、それだけではありません。歯垢や歯石の除去も行います。これらはむし歯や歯周病のもと。特に歯石は歯肉を圧迫するなどして歯周病を引き起こす原因の一つとなります。自分で取り除くことは困難なので、歯医者で除去します。

クリーニング

一時期、「コーヒー・紅茶・赤ワインでステイン」と

目・定期健診について
次・プチコラム
あなたの一年を漢字一文字で

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
				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

2017 年 1 月						
日	月	火	水	木	金	土
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				

◆12/28 午後と 29～1/2 まで休診致します。年明けの診療は 1/3 からです。

いうCMが流行りましたが、皆さんはこれらをよく飲まれますか？特にコーヒーや紅茶を摂取する機会が多いのではないのでしょうか。コーヒーや緑茶・紅茶に含まれるタンニンや、タバコのヤニは歯の着色汚れに繋がります。右の写真は着色汚れが蓄積された歯です。クリーニングする前とした後で比較してみると、クリーニングの効果が一目瞭然です。ガンコな汚れがついていた歯も、見違えるように綺麗になりました。



セルフケアとプロフェッショナルケア

歯が痛くなった時に歯医者に行く人と、定期的に健診に行く人とは、残る歯の本数が9本もの差があるというデータがあります。しかし、健診を受けているからと言って日々の歯みがきの手を抜いてはいけませんし、綺麗に歯みがきできているから健診に行かなくてもいいというわけではありません。日々の歯みがきも定期健診も、どちらも大切です。人間の歯は一生のうちに一度しか生え変わりません。日々の歯ブラシ・デンタルフロス(セルフケア)に加え、数カ月に一度の健診(プロフェッショナルケア)を受け、今ある自分の歯を大切にしましょう。

2016 年は大変お世話になりました。
来年もどうぞ千仁会・ちだ歯科クリニックをよろしくお願い致します。

いるか新聞
バックナンバー



◆医療法人社団千仁会 ちだ歯科クリニック

HP <http://www.senjinkai.or.jp/> スタッフブログ更新中！



歯と歯の間はフロスしましょう ♪

プチコラム

あなたの2016年を漢字一文字で表すと？



歯科医師
吉田 昂司

懐

5年以上会っていなかった道外に住む旧友と会う機会が何度ありました。それぞれがそれぞれの環境で活躍している話を聞き、刺激を受け、昔話に花を咲かせ、懐かしさを感じた時間が多かった1年だった気がします。



歯科技工士
関 正幸

支

今年一年は、多くの人に支えられた一年だったので『支』にしました。理事長をはじめ先生方、もう一人の技工士の渡邊さんや職場のスタッフのみなさん方。また、奥さんや娘の笑顔。友人や後輩たちの元気な姿。これからも感謝の気持ちを大切にしたいと思います。

皆さんはどんな1年でしたか？

皆さんにとって来年1年が、素敵な1年となりますように！

医療法人社団千仁会

ちだ歯科クリニック

札幌市北区屯田 5 条 10 丁目 8-1

TEL 011-774-6551

月・火・水・金 9:30~19:00

土 9:30~13:00

お昼休み 13:00~14:00

木・日・祝 休診



新川駅前歯科クリニック

札幌市北区新川 5 条 1 丁目 1 番 22 号 新川駅前メディカルビル 3F / TEL 011-726-6551

月・火・木・金 9:30~19:00

土 9:30~16:00

お昼休み 13:00~14:00

水・日・祝 休診



ちだ歯科の休診日(木、土 午後)に急な痛みなどが出た方は新川駅前歯科クリニック(右上)までお電話をお願いします。木 9:30~19:00、土 14:00~16:00 の時間ご対応いたします。

北海道大志歯科クリニック

札幌市北区新琴似 1 条 7 丁目 9 番 64 号 <<駐車場完備>>

TEL 011-766-6551

月・火・水・金 9:30~19:00

土 9:30~13:00

お昼休み 13:00~14:00

木・日・祝 休診



インプラントオフィス大通

札幌市中央区北 1 条西 4 丁目 1-1 三甲大通公園ビル 2F

TEL 011-271-6551

月~金 10:00~18:00

お昼休み 13:00~14:00

土・日・祝 休診

