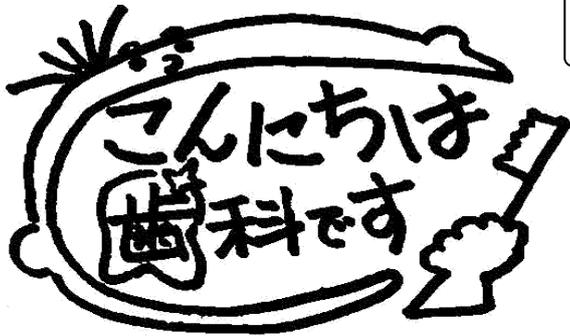


1月号

第269号 2022年1月1日
発行 / 医療生協さいたま



生協歯科

〒336-0926 さいたま市緑区東浦和 6-16-1
(外来予約受付) TEL: 048-810-6100

(2階事務室) TEL: 048-810-6101 Fax: 048-810-6103

Eメール sika-j@mcp-saitama.or.jp

ホームページ <http://seikyo-shika.com/>



2022



新年おめでとうございます



まだまだコロナ禍で不安定な状況ですが、本年は昨年以上に、組合員のみなさま・地域のみなさまとともに楽しく学べる活動や、みなさまのお口の健康に貢献できるよう、職員一同頑張っていきたいと思っております。

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



ボランティア(真珠の会)活動日

1月は14日(金)の予定です。

9:30~11:30 作業内容:枝切り

毎月第2金曜日午前中に活動していますが、2月は18日(金)の予定

診療時間

- 予約制です ● 歯科往診もおこなっております
- 矯正診療日・・・毎週金曜日の夜間、第2・第4土曜日

曜日	午前	午後	夜間
月曜日	8:30~11:30	13:00~16:30	
火・木・金	8:30~11:00	12:30~16:30	18:00~20:30
水曜日	8:30~12:00	第5のみ午後も診療(13:00~16:30)	
土曜日	8:30~11:30	13:00~16:30 (1月の第5は午後も診療)	

急患の方へ

*まずは電話をお願いします。
空いている時間帯と患者さんのご都合で時間のご案内をさせていただきます。

口腔ケアの習慣

歯科衛生士 佐藤 美穂



みなさんは、口腔ケアの習慣はついてますか？

幼い頃から食事の後は歯を磨く、この習慣はついていると思います。

でも、回数が少なかったり、時間が短かったり、磨き方が誤っていたり、歯ブラシの選択が誤っていたりすることもあります。以前よりも歯についての情報や知識が豊富ですが、今の自分の生活スタイルにあっているかということも重要になります。歯ブラシだけで歯磨きをしていることが習慣になっている方、プラス何かを加えてみると良いと思います。

洗口剤やフロス、歯間ブラシ、補助ブラシ、フッ素などを取り入れたり、他に、お顔やお口の体操 唾液腺マッサージ、あいうべ体操、ブクブクうがいなど、加えてみてはいかがでしょうか。

習慣化することはなかなか難しいですが、まずはやってみませんか。それが自然に身につく習慣にできたら素敵ですね。



組合員活動だより

松芝支部 山口 初子

松芝支部では11月18日に近辺公園十ヶ所の放射線測定を行いました。一昨年度より場所によっては増えているところもありました。また、風向きによっても数値が変わりました。いつまで続くか終わりが見えませんが、次の時には数値が少しでも下がっている事と思いながら測定を終わりました。



連絡便

◀ 生協歯科 ~ 東浦和駅 ▶ ● 土曜・日曜・祝日は全便運休です。

	東浦和駅 発			生協歯科 発		
	月・火・木・金	水曜日		月・火・木・金	水曜日	
8時	40 55	40 55	50	50		
9時	15 35 55	15 35 55	10 30 50	10 30 50		
10時	15 35 55	15 35 55	10 30 50	10 30 50		
11時	15 35 55	15 35 55	10 30 50	10 30 50		
12時	15 35 55	15	10 30 50	10		
13時	15 35 55		10 30 50			
14時	15 35 55		10 30 50			
15時	15 35 55		10 30 50			
16時	15		10			



浦和民主診療所便（浦和民主診療所→生協歯科→埼玉協同病院）

① 和民主診療所 発12:35⇒ 生協歯科 発13:05 ②浦和民主診療所 発15:45⇒生協歯科 発16:15