

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/>



★ いい歯 販売品キャンペーン ★

歯で食事を楽しむために、定期的に歯科検診を受けましょう。

11月8日はいい歯の日です。からだの健康はお口から♪いくつになっても健康な自分の生協歯科では、このいい歯の日に合わせて、歯ブラシや歯磨き剤など生協歯科で販売している歯科グッズの値引きキャンペーンをおこないます。ぜひこの機会をご利用ください。

期間：11月1日(火)～11月30日(水)

内容：① 生協歯科 販売品・・・全品50円引き

※ バラ売りの歯間ブラシとウルトラフロス、タブレット、テペシリーズ、義歯ケースなど、一部商品は除く。

② 歯ブラシ1箱(20本入り)・・・1300円引き

※ 要予約 キャンペーン期間中に購入予約の方対象

※ テペシリーズは対象外とします

③ 歯周病に特化した歯磨剤が各100円引き

・ハグキプラス ・システムセンシティブ
・ルートケア ・システムデンタルリンス

* 複数購入希望の方は事前に予約をお願いします。



『8020さん』達成おめでとうございます!!

I・Sさん
(81歳)

* 歯科に1～2カ月毎に受診
* 歯みがきは朝・昼・夜。歯間ブラシ使用
* 趣味は、ジョギング(1時間)
* 好きな食べ物は、果物

N・Kさん
(83歳)

* 歯みがきの回数は1日2回(朝・夕食後)
電動ブラシ使用
* 趣味 アマチュア無線・男声合唱
* 好きな食べ物は、刺身

「クリーンUP² ウォーキングにご参加ありがとうございました！」



まちづくりコーディネーター 小野民外里

本年5月より、さいたまBブロックのまちづくりコーディネーターとして生協歯科に配属になりました小野です。さいたまBブロックの組合員の皆さんの活動をお手伝いさせていただいています。

今年は医療生協さいたまが合併して30周年の節目の年にあたり、いろいろな行事を行っています。県中地域としても医療生協さいたまをアピールする企画を行おうと考え、4ヶ所の事業所周辺をゴミ拾いしながら歩く「クリーンUP²ウォーキング」を計画しました。企画名の「UP²」は、地域をきれいにする「クリーンアップ」と、医療生協さいたまの知名度の「アップ」をかけています。

生協歯科では、職員も最大限参加できるように診療のない第4水曜日の午後、9月28日に実施しました。組合員さんは9支部から26人、職員は生協歯科から24人、おおみや診療所から1人（まちづくりコーディネーターの鈴木さん）が参加し、計51人の参加となりました。生協歯科の周辺地域を8つのエリアに分け、組合員さんと職員とで8つのグループを組んで担当エリアのゴミ拾いを行いました。合わせて、11月3日に開催する「生協歯科健康まつり」と医療生協さいたま30周年イベントのチラシを配布しました。

ゴミ拾いはエリアによってあまりゴミが見当たらないところもあれば、吸い殻やペットボトルなどが落ちていたエリアもありました。時間帯がちょうど小学生の下校時間と重なったため、行き会った小学生が「ゴミが落ちていたよ」と拾ってくれるというエピソードも。久しぶりに組合員さんと職員が交流する機会にもなりました。

参加した方からは、「30周年の1度だけのイベントにせず、定期的で開催した方がいい」との声もあり、今後の課題としたいと思います。

たくさんのご参加ありがとうございました。



組合員活動だより

「医療生協岩槻東支部の活動」

岩槻東支部 田熊千恵子

岩槻東支部は久しぶりに外へ出かけました。10月に川越へ行って来ました。

喜多院にお参りし、街を散策して楽しみました。

12月16日には支部の健康チェックを予定しています。支部のテーマを「身近なところで健康チェック地域の人・組合員の健康づくりを進めます」として、これまで年2回「ふれあいプラザいわつき」で健康チェックを行ってきました。また、COOPのお店で毎月1回健康チェックを行って

きました。しかし、新型コロナウイルス感染者が増え続け、しばらくお休みをしていました。

ふれあいプラザいわつきでは、毎回40~50の方が健康チェックを受けられていました。

今回は久しぶりですが、多くの方にいらしていただけるよう準備を進めています。

1日も早くCOOPでの健康チェックも再開できるよう願っています。





「歯間ブラシとフロスの大切さ」

歯科衛生士 坂田 はづき

みなさん、歯の間のお手入れに、歯ブラシと何を使っていますか？

歯ブラシだけです、という方は、残念ながら、むし歯や、歯周病の進みやすい、歯の間の汚れは60%しか落せていません。この歯の間のお手入れの仕方では歯周病・むし歯を予防できるか、どうかがかかっています。歯ブラシにフロスをプラスすると、約80%、歯ブラシに歯間ブラシをプラスすると約85%の汚れを落とすことが可能になります。これはもう使わないわけにはいきませんね。

フロスには、自分の手に巻いて使うものと糸よじのように柄がついているものがあります。手に巻いて使うものは少しテクニックが必要なので、糸よじのように柄がついているものからまずは試してみるとよいと思います。歯間ブラシにも種類があって、ストレートのタイプと奥歯に使いやすいL字のタイプがあります。ブラシの材質には毛のついているワイヤータイプとゴムのタイプがありますが、汚れの落ち具合からみると毛のついているワイヤータイプがよいと思います。そして、隙間にいれたときに少し抵抗があるくらいのもを選ぶと汚れがよく取れます。

歯間ブラシのサイズなど自分に合ったものを選ぶためにぜひ、一度歯科で相談してみてください。



ボランティア(真珠の会)活動日

11月は11日(金)の予定です。

9:30~11:30 作業内容: 枝切り、草取りなど植木の手入れ

毎月第2金曜日午前中に活動しています。12月は9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	8:30~11:30	13:00~16:30	17:30~20:30
水曜日	8:30~11:30	第5のみ午後も診療(13:00~16:30)	
土曜日	8:30~11:30	13:00~16:30(第5は午前の診療のみ)	

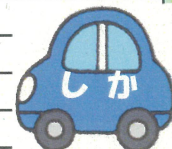
急患の方へ *まず電話をお願いします。

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。

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

2022年11月1日(火) ~ 2022年11月30日(水)

歯科医師 診療体制表

		1(火)		2(水)		3(木)		4(金)		5(土)				
午前		渡邊 武内ち 漆原 大学医師 〈往診〉武内ま・布村 〈往診〉佐藤	川崙 吉崎 西川	武内ま 吉崎	武内ち 布村	健康まつり		渡邊 西川	佐藤 林	武内ち 布村	吉崎 伊藤			
	午後	渡邊 武内ち 漆原 伊藤 大学医師 〈往診〉武内ま・布村 〈往診〉佐藤	川崙 吉崎 西川					渡邊 佐藤 布村	武内ち 西川 林	武内ち 布村	吉崎 伊藤	大学医師 〈往診〉吉崎・伊藤		
	夜間							武内ち 大学医師 〈矯正〉川崙・林						
		7(月)		8(火)		9(水)		10(木)		11(金)		12(土)		
午前		渡邊 西川 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉武内ま 〈往診〉漆原	川崙 武内ち 佐藤	武内ま 武内ち 吉崎 伊藤 大学医師 〈往診〉佐藤・布村 〈往診〉西川	渡邊 漆原	川崙 武内ち 伊藤 吉崎	渡邊 武内ち 伊藤	川崙 布村	渡邊 西川 林	佐藤 林	吉崎 西川	漆原	〈矯正〉川崙・林	
	午後	渡邊 西川 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉漆原	川崙 武内ち 佐藤	武内ま 武内ち 吉崎 伊藤 大学医師 〈往診〉佐藤・布村 〈往診〉西川			武内ま 川崙 漆原 布村 伊藤 〈往診〉佐藤	渡邊 武内ち 西川	渡邊 武内ち 林	川崙 布村	吉崎 西川	漆原	〈矯正〉川崙	
	夜間			吉崎 伊藤 大学医師		武内ま 西川	漆原	武内ち 布村 〈矯正〉川崙・林						
		14(月)		15(火)		16(水)		17(木)		18(金)		19(土)		
午前		渡邊 武内ち 漆原 大学医師 〈往診〉武内ま・布村 〈往診〉佐藤・伊藤	川崙 吉崎 西川	渡邊 吉崎 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉漆原	佐藤 西川	武内ま 漆原 伊藤	佐藤 伊藤	渡邊 武内ち 伊藤	川崙 布村	渡邊 西川 林	佐藤 伊藤	武内ま 布村	武内ち 伊藤	
	午後	渡邊 武内ち 漆原 大学医師 〈往診〉佐藤・伊藤	川崙 吉崎 西川	渡邊 吉崎 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉漆原	佐藤 西川 伊藤		武内ま 川崙 漆原 布村 伊藤 〈往診〉佐藤	渡邊 武内ち 西川	渡邊 佐藤 布村 林 大学医師 〈往診〉吉崎 〈往診〉松澤	武内ち 西川 伊藤	武内ま 布村	武内ち 伊藤		
	夜間			吉崎 伊藤 大学医師		武内ま 西川	漆原	武内ち 布村 大学医師 〈矯正〉川崙・林						
		21(月)		22(火)		23(水)		24(木)		25(金)		26(土)		
午前		武内ま 佐藤 布村 〈往診〉漆原	武内ち 吉崎 伊藤	渡邊 吉崎 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉佐藤	武内ち 漆原	勤労感謝の日		渡邊 武内ち 伊藤 〈往診〉佐藤	川崙 布村	渡邊 西川 林	佐藤 伊藤	武内ま 布村	武内ち 伊藤	
	午後	武内ま 佐藤 布村 〈往診〉漆原	武内ち 吉崎 伊藤	渡邊 吉崎 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉佐藤	武内ち 漆原			武内ま 川崙 漆原 布村 伊藤 〈往診〉佐藤	渡邊 武内ち 西川	渡邊 佐藤 布村 林 大学医師 〈往診〉吉崎 〈往診〉松澤	武内ち 西川 伊藤	武内ま 布村	武内ち 伊藤	
	夜間			吉崎 伊藤 大学医師				武内ま 西川	漆原	武内ち 布村 大学医師 〈矯正〉川崙・林				
		28(月)		29(火)		30(水)								
午前		渡邊 武内ち 漆原 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉武内ま	川崙 佐藤 西川	渡邊 吉崎 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉漆原	佐藤 西川	武内ち 漆原 伊藤	佐藤 西川							
	午後	渡邊 武内ち 漆原 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉武内ま	川崙 佐藤 西川	渡邊 吉崎 布村 伊藤 大学医師 〈往診〉漆原	佐藤 西川 伊藤	武内ち 漆原 伊藤	佐藤 西川							
	夜間			吉崎 伊藤 大学医師										

※診療体制と医師が変更になる場合があります。