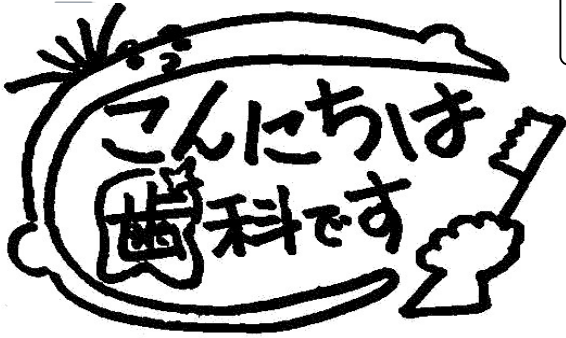


7月号

第275号 2022年7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.jp>



医療生協さいたま生活協同組合 歯科医師・歯科衛生士・歯科技工士体験



日程 : 2022年7月24日(日)

三部制(各1時間) : 一部9時~、二部10時~、三部11時~

※受付は開始15分前からとなります。

※一部、二部、三部いずれか一つに参加可能です。内容は同一です。

開催場所 : 生協歯科(さいたま市緑区東浦和 6-16-1)

体験内容 : 歯科医師・歯科衛生士・歯科技工士の仕事体験(いずれか一つ)

歯科事業所見学、養成校資料配布、奨学金案内 など

スマートフォンまたはPCで以下QRコードを読み込んでお申込みください

申込み締め切り 7月10日(日)まで

・歯科医師 治療体験

・歯科衛生士 人工歯石の除去、研磨の体験ができます



<問合せ先> 電話 : 048-556-4681 FAX : 048-556-8521

URL : <https://forms.gle/y9GSL1RxTDiabz6LA>

担当 : 行田協立診療所 事務長 紀田(きだ)

ボランティア(真珠の会)活動日

7月は8日(金) 9:30~ 作業内容: 枝切り、草取り

毎月第2金曜日の午前中に活動しています 8月は12日(金)の予定



「8020さん」達成おめでとうございます!!

S・Yさん (80歳)	蝦名アヤ子さん (90歳)	T・Mさん (80歳)	Y・Eさん (88歳)
*歯磨き: 1日2回(起床時・就寝前・気になった時) 歯間ブラシ、フロス、電動ブラシ使用 *好きな食べ物: ピール *趣味: 囲碁・絵画・旅行	*歯磨き: 1日3回以上(起床時・朝昼夕食後・気になった時) 歯間ブラシ使用 *好きな食べ物: フルーツ *趣味: 習字	*歯磨き: 1日2回(朝食後・就寝前) 歯間ブラシ使用 *好きな食べ物: チョコレート *趣味: アートフラワー	*歯磨き: 1日3回(朝昼食後・就寝前) 歯間ブラシ・フロス使用 *好きな食べ物: 甘い和菓子 *趣味: 縫物・麻雀

歯磨剤の選び方

歯科衛生士 利根川 優子



高齢化が進んだ平均寿命だけでなく健康寿命の延伸が重視されています。

口腔保健は日常生活の食べるに深くかわり糖尿病をはじめとする様々な生活習慣病と関連も明らかになってきています。

80歳で20本以上の8020も50%を超え生涯における歯の健康寿命も重要になってきました。歯を保つためにはセルフケア（家でのケア）とプロフェッショナルケア（専門家のケア）両方が大切です。

今回は歯磨剤（歯磨き粉）の選び方

●歯磨剤の役割

歯ブラシを助ける補助効果

フッ素が配合のものでう蝕予防（むし歯予防）研磨剤の配合のもので歯についたステインの除去

●歯磨剤（医療部外品）

○基本成分

清掃剤（研磨剤）；歯面の汚れを落としやすくする

→炭酸カリシウム、無水ケイ酸、ピロリン酸カリシウム、不溶性メタリン酸ナトリウムなど

発砲剤；口の中へ歯磨剤の拡散を助ける→ラウリル酸ナトリウム

湿潤剤；湿り気を抑え乾燥硬化を防ぐ→グリセリン、ソルビトール、など

粘結剤；適度な粘性を与える→アルギン酸ナトリウム、カナギーナン、カルボキシメチルセルロースなど

香味剤；香味と爽快感を与える→メントール、サッカリンナトリウムなど

保存料；酸化などの変質を防ぐ→パラオキシ安息香酸エチルなど

○薬用成分

フッ化物；う蝕予防（むし歯予防）→フッ化ナトリウム、モノフルオロリン酸ナトリウム、フッ化第一スズ
その他

デキストラナーゼ；プラーク形成を抑制

塩化ベンザルコニウム、塩化セチルピリジウム、イソプロピルメチルフェノール、トリクロサン；殺菌作用

グリチルリチン酸、塩化リザチーム、トラネキサム酸；抗炎症作用

硝酸カリウム、乳酸アルミニウム；知覚過敏

成分を確認しながら歯磨剤選びができるといいですね。お困りの際はスタッフへ相談を！

組合員活動だより

尾間木北支部の与野公園バラ園散策

尾間木北支部 米岡淳夫

6月1日（水）与野公園バラ園に行って来ました。参加者6名、好天に恵まれ半袖でも汗ばむ程でした。東浦和駅に10時に集合して、10時半頃現地に着きました。花は終わり頃で、早咲きの枝は切り込んでありました。それでも充分花を楽しむことは出来ました。

途中銭洗い弁天に寄り、池の鯉を見て楽しみました。

又足の神様にも行き、お堂の周囲にたくさんのわらじが釣り下げられていました。

その中に赤い花緒のぞうりが一足あり、印象的でした。帰りの途中皆様とはぐれてしまい、ちょっと残念でしたが久しぶりのお出掛けで楽しかったです。

