



Vol298  
2024.6.1

医療生協さいたま  
生協歯科

さいたま市緑区東浦和6-16-1  
TEL:048-810-6100



## 販売品 割引 キャンペーン

2024 6/1(土)~6/29(土)

衛生士おすすめ



フッ素洗口液(ビーブランド)

通常 1本785円



2本購入で **1400円(税込)**



販売品 **全品50円引き**

※バラ売り歯間ブラシとバラ売りウルトラフロス、テペシリーズ対象外



歯磨剤(歯磨き粉) **全品100円引き**



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、購入予約の方対象



## さいたまBブロック企画のお知らせ

学習会「腸活で美肌&健康に」

日程:2024年7月31日(水)14:00~15:30

場所:生協歯科1階 組合員ルーム

講師:埼玉協同病院 管理栄養士(予定)

お問い合わせ先:生協歯科・小野 TEL:048-810-6101





## 「歯石取りについて」

歯科医師 武内 亮

皆さんは歯科で歯石を取ったことがあると思いますが、そもそも歯石って何でしょうか？  
なんで取らなきゃいけないのでしょうか？

歯石は、歯垢(プラーク)が硬くなったものであり、歯垢が歯面に長時間付着することで形成されます。歯石は、唾液中のカルシウムやリン酸が歯垢を固めて石灰化することで形成されます。表面がザラザラしているため、さらなる歯垢の付着を促進し、歯周病のリスクを高めます。唾液腺がある下の前歯の裏側や上の奥歯の外側に歯石が付きやすい傾向があります。

歯垢が歯面に付着してから歯石になるまでの時間は、通常約48時間から2週間程度です。今日磨いたつもりで磨けなかった部位が48時間後急に磨けるようになるのでしょうか？  
癖で磨き残ししやすい部位は簡単に歯石を形成してしまいます。歯石になってしまうと歯ブラシでは除去できなくなるため、歯科医院で専門的な器具を使っての治療が必要になります。長期間放置すると炎症により歯槽骨の吸収を起し、歯周病の進行に繋がります。歯茎が痩せ、歯と歯の間隙が大きくなり、清掃が困難な口腔環境になり、さらに歯周病が悪化するという悪循環に陥ってしまいます。よって歯周病が進んでしまう前に定期的に歯科で歯石を除去する必要があります。

そういえば、かく言う私はいつ歯石取りをしたっけ？ すぐ受診しなきゃ...

## 「全日本民医連歯科衛生士交流集会」に参加して

生協歯科 歯科衛生士 富岡ひとみ

みなさん、こんにちは。  
6月になり、梅雨の時期に入りますね。  
雨の日のご来院はお気をつけてお越しください。

さて、私は4月13・14日と「全日本民医連歯科衛生士交流集会」に参加するため福岡に行ってきました。

全国の民医連の歯科で働く歯科衛生士や職員が28県連86事業所から167名集まり、2日間に渡って講義を受けたり、グループワークをしないと交流を深めました。

今後の民医連歯科衛生士の指針となる「歯科衛生士の基本となるもの」について全員で話し合い、約5年に渡り作り上げたものが完成しました。

これは民医連歯科衛生士のあるべき姿や新しいアセスメントシート(患者様への聞き取りシート)について記載されており、新人育成や私たち職員も原点に立ち返る際に役立てていきます。

また、グループワークでは新卒歯科衛生士の採用についての悩みやアイデアを話し合ったり、演習事例を様々な視点で考えたいと、新たな学びと発見がありました。

本場のもつ鍋もとても美味しく、充実した研修となりました。

今回参加して全国にたくさんの仲間がいることを再確認することができました。

参考になる取り組みや情報をいかし、さらによりよい歯科医療を皆さんに提供できるよう生協歯科全員で取り組んで参ります。



## 岩槻東支部の支部活動

### 岩槻東支部支部長 田熊千恵子

3月27日、岩槻東支部は支部総会を無事に終える事ができました。総会終了後、アフガニスタンで活動されていた中村哲医師のドキュメンタリーを観ました。中村医師ははじめの頃は医療活動を行い、現地の人々の健康・予防に携わっていましたが、仕事・食料・水の問題に気付き、それがあれば戦場へ行かなくても家族と一緒に暮らせると思い、慣れない土木工事を地元の人々と協力して行き、用水を引き、荒地を緑の大地に変えました。小麦・野菜をつくり、収穫を喜ぶ人々。「武器はいらない、命の水を！」と訴え、現地の人々に元気を与え、大変大きな功績を残されました。

4月は越谷レイクタウンの近くの調整池の周りでウォーキングを楽しみました。池から流れてくる涼しい風を受け、暑さを忘れるほどでした。気持ちの良い一日でした。



## 達成おめでとございます！ 8020さん

### T・Mさん (81歳)

- ・歯みがきは1日2回
- ・補助用具は歯間ブラシ
- ・好きな食べ物は なんでも食べます。果物は欠かせません
- ・趣味はハイキング・ソーイング

### T・Aさん(83歳)

- ・歯みがきは1日2回
- ・補助用具はフロス・部分磨き
- ・好きな食べ物は白米
- ・趣味は散歩

### 藤原 みよ子さん(81歳)

- ・歯みがきは1日2回
- ・補助用具は歯間ブラシ・フロス
- ・好きな食べ物はフルーツ・ケーキ・野菜
- ・趣味は旅行



## ボランティア(真珠の会)活動日

6月は14日(金)の予定です。

9:30~11:00 作業内容: 枝切り、雑草取り、本棚整理  
ぜひ多くの方のご協力をお願い致します!

毎月第2金曜日午前中に活動しています。7月は12日(金)の予定



## 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浦和民主診療所 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

2024年6月1日(土)~2024年6月29日(土)

歯科医師

診療体制表

		<診療受付時間のご案内>										1(土)		
		午前					午後					武内ち	吉崎	
午前	月	8:45~11:30		13:00~16:30										
	火	8:45~11:00		12:30~16:30										
午後	水	(第1~4) 8:45~12:30		なし										
	木	(第5) 8:45~11:30		13:00~16:30									武内ち	吉崎
	金	8:45~11:00		12:30~16:30									漆原	
	土	8:45~11:30		13:00~16:30										
	(第5)	8:45~12:30		なし										
夜間	夜間 火・木・金 18:00~20:30													
		3(月)		4(火)		5(水)		6(木)		7(金)		8(土)		
午前	武内ま	川崎	渡邊	川崎	武内ち	佐藤	渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	川崎		
	武内ち		佐藤	吉崎	漆原				漆原	林	漆原			
午後	武内ま	川崎	渡邊	川崎			渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	川崎		
	武内ち		佐藤	吉崎			武内ま	漆原	林	大学医師	武内ち	川崎		
夜間														
	<往診>佐藤 <往診>松澤		<往診>漆原 <往診>山崎		<往診>吉崎		<往診>佐藤		<往診>吉崎		<矯正>佐藤・林			
午前	川崎	武内ち	武内ま	渡邊	川崎	武内ち	渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ち	吉崎		
	佐藤		武内ち	佐藤	吉崎		吉崎		漆原	林				
午後	川崎	武内ち	武内ま	渡邊			渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ち	吉崎		
	佐藤		武内ち	吉崎			吉崎	武内ま	漆原	林	武内ち	川崎		
夜間														
	<往診>武内ま <往診>松澤		<往診>漆原		<往診>武内ま		<往診>佐藤		<往診>吉崎		<矯正>川崎・林			
午前	武内ち	佐藤	武内ま	渡邊	川崎	武内ち	渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	川崎		
	漆原		武内ち	佐藤	吉崎		吉崎		漆原	林	漆原			
午後	武内ち	佐藤	武内ま	渡邊			渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	川崎		
	漆原		武内ち	佐藤			吉崎	武内ま	漆原	林	武内ち	川崎		
夜間														
	<往診>武内ま <往診>松澤		<往診>漆原		<往診>武内ま		<往診>佐藤		<往診>吉崎		<矯正>川崎・林			
午前	武内ま	川崎	渡邊	佐藤	川崎	武内ち	渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	川崎		
	武内ち	漆原	吉崎	吉崎	吉崎	漆原	吉崎		漆原	林	漆原			
午後	武内ま	川崎	渡邊	佐藤			渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	川崎		
	武内ち	漆原	吉崎	大学医師			吉崎	武内ま	漆原	林	武内ち	川崎		
夜間														
	<往診>松澤 <往診>佐藤		<往診>漆原		<往診>武内ま		<往診>佐藤		<往診>漆原		<矯正>川崎・林			
午前	武内ま	川崎	渡邊	佐藤	川崎	武内ち	渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ま	武内ち		
	武内ち	漆原	吉崎	吉崎	吉崎	漆原	吉崎		漆原	林	漆原	漆原		
午後	武内ま	川崎	渡邊	佐藤			渡邊	川崎	渡邊	佐藤	武内ち	川崎		
	武内ち	漆原	吉崎	大学医師			吉崎	武内ま	漆原	林	武内ち	川崎		
夜間														
	<往診>松澤 <往診>佐藤		<往診>漆原		<往診>武内ま		<往診>佐藤		<往診>漆原		<矯正>川崎・林			

※診療体制と医師が変更になる場合があります。