



医療法人社団星秀会

ほしば歯科医院ニュースレター

Vol.43

皮肉なことに連休が終わったら、初夏らしい天気になってきましたね。

札幌ではようやく桜が満開になったというのに、沖縄はもう梅雨入りです。日本列島は、細く長いのだと今さらながら思います。

五月の空は青く、初夏の光に輝く若葉は、昔から、人々の孤独を癒し、様々な歌人や詩人たちに歌われています。私の出身の石川県を代表する、室生犀星も『五月』と題する詩でこう歌っています。

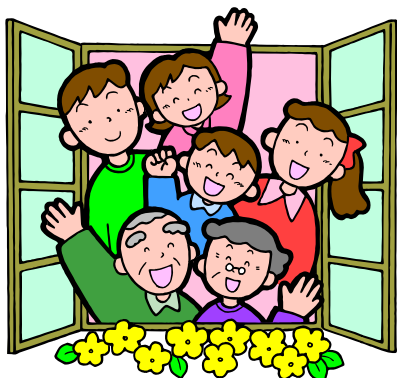
悲しめるもののために

みどりはかがやく

くるしみ生きむとするもののために

ああ みどりは輝く

子どもの頃は、国語の時間に暗唱していましたが、今になって、あの頃では感じることもできなかったものを感じ取れるような気がします。



みなさんも、四季をかんじられるこの国に産まれたことに感謝して、この季節をたのしんでみませんか。

✧ 歯科定期健診のすすめ ✧

「歯医者さんには、歯が痛くなったら行く」「少しぐらいの痛みだったら、痛み止めのくすりでご我慢しちゃう」「できれば、行きたくないなあ」「入れ歯が必要になったら、お世話になるだろうな」みなさんの歯科医院にたいするイメージは、このようなものではありませんか？

21世紀の歯科医療は、治療から予防へと確実に進歩をしています。

ところが日本の現状では、予防ではなく治療の

ために、歯科医療費の多くが使われています。

歯の病気は1度かかると、ごく初期のものを除いて自然に治るものはなく、必ず治療を受けなければなりません。1度治療をして再発し再治療、ついには総入れ歯などという悪循環を断つためには、定期健診での口腔のリスク評価を受け、指導を受けることが大切です。

20歳までにむし歯を1度も経験していない人が、過半数を占める国が、世界中で増えてきています。フッ素に頼るのではなく、正しいフッ素の活用でむし歯は半減できるし、歯科医院での定期的な健診や管理を受けることで、歯の喪失を10分の1近くまで減らすこともできるのです。

むし歯や歯周病は、自覚症状がでた時点では、実は、もう遅いのです。ひと昔前であれば、とうに抜いてしまっている歯も、現在は、高度の技術とすぐれた材料のおかげで、抜かずに残せていますが...

悪くなってからの治療は四重苦ですよ。苦痛を伴い、お金と時間がかかり、仕事や勉強に支障をきたし、しかも決して元どおりになるわけではありません。

これからの歯科医院は、手遅れになってから苦痛を味わうために行くところではなく、自分の健康を守り育てるために利用するところなのです。

手遅れになる前に病気を見つけること(早期発見) 病気の原因を取り除いて再発しないようにすること(根本的治療)、そして何よりも病気にならないように知識を身につけ実践すること(予防)、そのために、ほしば歯科医院を上手に利用してください。

江戸川区では、『成人歯科健康診査』として、20歳、25歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の5年毎の節目健診を行っています。(6/1~11/30 費用無料)このような、行政事業を上手く利用したり、家族で定期的



に健診を受けたりと、習慣づけてはいかがでしょうか？健診についての詳細は、スタッフにお気軽に声をかけてくださいね。



アテネ五輪



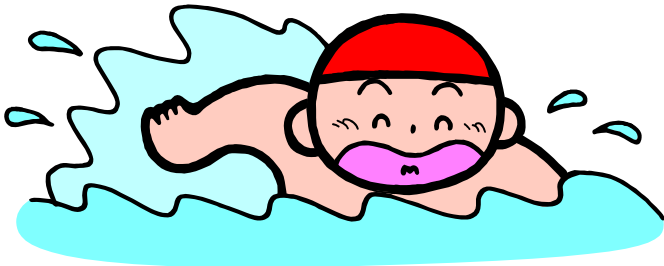
ご意見はこちら

アテネ五輪開幕まで、とうとう100日をきりましたね。

国内外で代表選手の選考が進んでいますが、日本選手の選手数で、冬季五輪も含めて、史上初めて、今回は女子選手が男子選手を上回ることが濃厚のようです。4月末までに決った参加選手は約230人。うち男子が約105人、女子が約125人で、今後の五輪予選や国内代表選考会の状況を考えても、'女性優位'で推移する見通しなのだそうです。



女性躍進の主因は、チーム球技の活躍です。男子で出場権を獲得できたのが、野球とサッカーにとどまっているのに対して、女子はソフトボール、バスケットボール、ホッケー、サッカーで五輪切符をつかんでいます。バレーボールも女子は濃厚ですね。



スポーツにおける男女の違いについて、ホッケー女子を史上初めて五輪に導いた安田善次郎監督は、「男子にくらべ女子の方が依存心が強い。だから、試合に向けた動機付けや、環境作りはより重要。でも、まとめれば、よりすごい力を発揮する。また、男子よりも女子の方が、食事などの生活面での節制ができるようだ。」と分析しています。

なるほどな、と思いました。何はともあれ、スポーツ好きの私としては、オリンピックイヤーは楽しみです。

ほしは歯科医院へのご意見、ご感想、その他何でも受け付けております。どのような方法でも結構ですからお気軽におっしゃってください。

電話 03-3686-4657

ファクス 03-3877-7771 (院長直通)

E-mail info@hoshiba.net

<http://www.hoshiba.net>



お知らせ



現在、江戸川区歯科医師会で要職を務めさせていただいております。これも地域のため、皆様のためと信じ頑張っていきたいと思っています。ただ、会議が毎日のように入っており、診療時間を短縮する日が増えております。予約がなく、閉院時間近くにご来院される方は、ぜひ一度ご連絡ください。

編集後記

最近、歩き方に関する、健康法や、ダイエット方法を扱うTV番組や、雑誌が人気ですね。私も最近歩き方に気をつけています。毎日、特別な姿勢を続けるために、どうしてもいろいろな箇所に負担がかかっていますからね。

歩くという日常的な行為ですから、続けられそうです。「このダイエット法なら、今度は大丈夫」と知人が胸を張って宣言していましたが、どうなることやら……



ほしば歯科医院ニュースレター 第43号
発行日 2004年5月12日発行

〒134-0088 東京都江戸川区西葛西1-13-7
tel. 03-3686-4657 fax. 03-3877-7771
e-mail. info@hoshiba.net
<http://www.hoshiba.net>
発行責任者 干場貫司