

## 歯が触れている時間...??

1日に歯を接触させている時間は約15分！...皆さんはご存知でしたか？  
これは食事や会話する時間も含んだ時間です。  
寒い季節に入り、つい寒さでギュッと歯を噛みしめていませんか？  
上下の歯が接触する時間が長いと、歯や顎の疲労感・痛みにつながる  
ことがあります。  
何もしていないときは歯が噛み合わないよう気を付けてみてください！  
詳しいことはスタッフまでお問い合わせください。

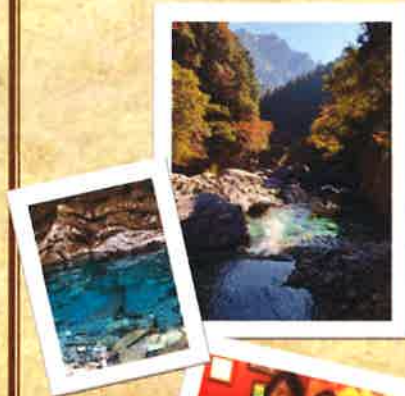


## 2年ぶりの再会！



先月、以前当院で働いていた衛生士の藤原さんが遠路はるばる遊びに来ました♪  
久しぶりの再会ですが、相変わらず元気はつらつで、私たちもパワーをもらいました！

## 社員旅行» 高知県



先日、高知県へ社員旅行に行ってきました。  
屋外で過ごす時間も天候に恵まれ、きれいな自然からたくさんパワーをもらってきました！



木の実歯科で勤務していた武政先生のクリニックも見学してきました😊

## 年末年始の診療について

**診療日**  
年末は12月29日まで(午前診療のみ)  
来年は1月5日から  
の診療となります。

**診療時間変更**  
1月16日(火)～  
月水 9:30～12:30、14:00～20:00  
火金 9:30～12:30、14:00～19:00  
木 9:30～12:30、14:00～17:00  
土 9:30～14:00

何卒宜しくお願い致します。

