

みのわ歯科ふれあいレター



楽しい休日



7月19日小学2年生になる甥っ子と一緒にサンピアザ水族館へ行ってきました。小さな水族館ですが、アザラシやカワウソを追いかけてたり、ヒトデを触ったりと甥っ子がとっても楽しんでくれて良かったです。そして、次の日(20日)はファイターズvs東北楽天ゴールデンイーグルスの試合を観戦！残念ながらファイターズは負けてしまいましたが、大好きな中島卓也選手が間近で見ることができてとっても幸せでした♪

佐藤



セミナー受講してきました

7月26日に山本浩正先生によるメンテナンスのセミナーがあり、みのわ歯科から峰村、佐藤が受講してきました。患者さんがよりやる気のでるアプローチや器具の扱い方等、目からうろこのお話ばかり



でしたのでさっそく取り組んでいきたいと思えます。 峰村



小さい頃の私

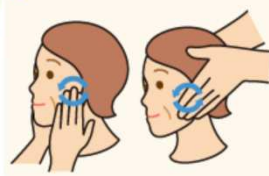
友達のお子さんとハイジ牧場に行って来ました！あまりにも可愛すぎて終始メロメロでした！ちなみに下の3枚の写真は小さい頃の私です。 大崎



唾液マッサージのやり方

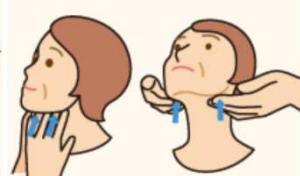
前回までは、口腔乾燥症の原因や対処方法をお話しました。お口の中には唾液の出やすいポイントがあります。そのポイントを刺激することにより、唾液分泌を促します。今回は実際に、絵に沿って行ってみましょう。

① 耳下腺(じかせん)



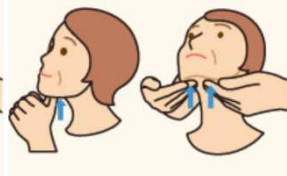
耳たぶのやや前方、上の奥歯あたりのほほに人差し指をあて、指全体でやさしく押します。酸っぱい食べ物を想像すると、スーッとだ液が出てくるところです。5~10回繰り返します。

② 顎下腺(がつかせん)



顎下腺は、あごの骨の内側のやわらかい部分です。指をあて、耳の下からあごの先までやさしく押します。5~10回繰り返します。

③ 舌下腺(ぜっかせん)



舌下腺は、あごの先のとがった部分の内側、舌の付け根にあります。下顎から舌を押し上げるように、両手の親指でグーッと押します。5~10回繰り返します。

もしお口の中の乾燥が気になる、睡眠時、お口の中が乾いて目が覚めるなどありましたら、お気軽にご相談下さい。

矢野