

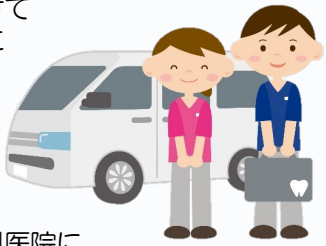
## ご自宅まで伺います！


厚生労働省の試算では、日本は今後2040年頃まで75歳以上の高齢者の人口が増加すると予想しております。それに対して国は、高齢者が可能な限り人生の最後まで住み慣れた自宅や地域で生活できるよう、地域の包括的な支援・サービス体制の構築を進めています。

我々の職域団体である日本歯科医師会も、国の方針に同調し、訪問・在宅歯科医療や口腔ケアの推進に力を入れております。当院は開業以来、通院してくださる方々が、『生涯自分の歯でおいしく食べ笑う』事モットーに予防歯科に力を入れて来ました。『歯が丈夫な方は元気な方が多い』この事を今でも日々実感し、予防歯科の大切さをひひしと感じています。それでも人は誰でも歳をとります。


最近まで元気に通って下さっていた方が、そういえば最近お顔を拝見しないな・・・と思っていたら、暫く入院されていたなんて事も増えてきました。元気に通って頂ける間は「メンテナンスを続けてくださいね」とハッパを掛けていたのに、通えなくなった瞬間に「知らない」では、地域に根づく歯科医院として何か違う様な・・・そんな気持ちも芽生えて来ました。

そこでこの度、当院では最近訪問診療部を立ち上げました。と言いましても、まだまだ未熟でマンパワーや時間的な余裕がなく、「いつでも・どこへでも」と言う訳には参りませんが、今後は徐々に仕組みを整え、少しでも地域の歯科医院に通えなくなった方々のお力になれたらと思っております。




 そう言えば家族でそろそろ通院が難しくなって・・・という方はお気軽にスタッフまでお伝えください。喜んでご自宅（または施設）に伺います。（院長 長縄敬弘）

## 24年1月～託児ルーム変更のお知らせ


 24年1月より、託児ルームの場所が変更となりました。場所はクリニックから徒歩1分の新開地ビルの1階です。より充実したスタッフと設備で、皆さまのご利用をお待ちしております。詳しくはスタッフにお尋ねください。

## 日本とオーストラリアの歯医者の違い



日本では矯正やインプラントなど以外の歯科診療はほとんど国民保険が効くので、「治療費が払えないから歯の治療ができない」なんてことはほとんどありませんが、諸外国、例えばオーストラリアでは実はよくある話です。



日本とオーストラリアの一番大きな違いは診療費の違いです。オーストラリアで病気になった時に使えるメディケア(日本という健康保険の様な物)は、一部の例外を除き歯科診療には使えません。



そのためオーストラリアの歯科診療は基本的に自由診療、自己負担になります。また各歯科医が診療費を自由に設定、請求できるようになっているので、同じ治療を受けたとしてもサービス内容と診療費は各歯科医師、歯科医院によって違って来るそうです。

ワーホリなどでオーストラリアに行かれる方は、日本を出国する前に歯の健康状態を良くしてからワーホリを始めた方が良いかも！下記は大まかな治療費の例です。

(歯科衛生士 佐藤)

診察料	AUS\$ 50-100	(大体5千~1万円)
歯石取り	AUS\$ 120-200	(大体1万2千~2万円)
レントゲン1枚につき	AUS\$ 45-60	(大体4千5百~6千円)
詰め物歯1本につき	AUS\$ 150-500	(大体1万5千~5万円)
根管治療 歯1本につき (治療完了までの合計額)	AUS\$ 600-2000	(大体6万~20万円)
抜歯 1本につき	AUS\$ 200-500	(大体2万~5万円)
クラウン1本につき	AUS\$ 1500-2500	(大体15万~25万円)



## はじめまして！

2月より診療放射線技師として入職致しました、大橋聡美と申します。2年ほど整形外科で診療放射線技師として勤めており、この度ご縁あって放射線技師として勤めさせて頂くことになりました。

入職したばかりではありますが、スタッフの皆さん、先生方がとてもお優しく、患者様にすごく寄り添った医療を提供されているクリニックさんだなと感じました。私もスタッフの一員として患者様お一人お一人と向き合い、業務に取り組んでいきたいと思っております。




被ばくに関する事など、何か疑問点等ございましたらお気軽にお声掛け下さい。どうぞよろしくお願い致します。（放射線技師 大橋）



## 花粉の季節、鼻詰まりにぜひお試しください！

こんにちは😊 歯科助手の南です👋  
 そろそろ花粉が飛び始め辛い時期になって来すね😓  
 鼻がつまっていると口呼吸になりやすく、歯並びや口臭、そして体調不良の原因にもなどにも繋がってしまいます。  
 そこで今回は鼻通りを良くする方法をお伝えしたいと思います！



- ①口を閉じて30秒間、鼻で呼吸を整えます
  - ②整えたら息を吐き切り息を止め鼻をつまんで頭を左右に振ります  
※息を吐き切った後、口を開けないよう気をつけてくださいね！
  - ③苦しくなる前に鼻から手を離して鼻で呼吸を整えます  
※口があかない様にしてくださいね！
- ①～③を鼻が通るまで行います。



これを行うことで、鼻腔や副鼻腔で生成された一酸化窒素が血管の拡張を引き起こし鼻通りが良くなります。当院矯正にきている子がこの方法を試したら『鼻通った〜😊』と嬉しそうに教えてくれた子がいました👏👏👏  
 お子さんだけでなく、大人の方にも効果があるので、鼻がつまった際はぜひこの方法を試してみてください😊 (保育士 南)




## 質問のバトンを回す、スタッフリレー 15

白崎さん から、⇒ 田中さん へ

Q: 家事に育児に仕事に毎日お忙しいと思いますが、リフレッシュするために何かしている事はありますか？

A: 週末、時間を気にせず朝ご飯を食べて、家族で出かけ、子供が寝た後ゆっくりお風呂に入り、ゆっくり髪を乾かす。笑  
 そして少しでも早く寝たら、今はそれだけで充分リフレッシュです👏👏👏

次回は、田中さん から、⇒ えみさん への質問  
 「もう10年以上一緒にお仕事していますが、東山DCの好きなおところは??複数解答可です♡笑」



診療時間8:30~12:30/14:00~17:30  
 ▲土曜午後は13:30まで 休診:日曜・祝日

〒464-0807 名古屋市千種区東山通5-89-1  
 地下鉄東山線『東山公園駅』徒歩3分  
 TEL 052-781-5520

## 講座のご案内

いずれも10時スタートです、詳しくはスタッフまで

### からだを整える癒し一杯 薬膳茶 ワークショップ

お茶菓子付き



### テーマ 花粉症

中医学の考え方で花粉症を2つのタイプに分けます。タイプ診断をした後はあなたの体質にあった薬膳茶の作り方を伝えます。

2024年 3月21日(木)  
 時間: 10:00~11:30

受講料: 3ポイント (4500円)  
 ポイントをまだ無い方とらにお振込受講できます。  
 定員: 6名 (3名以上の参加で開催)  
 持ち物: 筆記用具


材料の準備ができていますので、キャンセルの際は早めにお願致します。  
 なお前日・当日のキャンセルは100%のキャンセル料が発生いたしますのでご了承願います。

つらい花粉症で  
 家事や  
 育児に  
 支障が出る

おうちで  
 薬膳茶が  
 作れるよう  
 になりたい

講師: 坂本慶子 (さかもと けいこ)  
 国際中医学講師、国際薬膳調理師、ケラーさんの薬膳教室主宰

Instagram: @saka\_beniko



## 24年1月から SKiP life lesson講座予約、支払い方法が変更しています

今まで公式ラインとクリニック受付の両方で行っていた講座の予約や支払いを、利便性の向上のため24年1月から『STORES』というシステムを導入して外部へ委託しています。当院公式ラインのメニューから『STORES』の項目を選択頂きご予約、お支払いをお願いいたします。なおチケットが残っている方は受付で対応させていただきますので、ご安心くださいませ。

## 当院アクセス、駐車場案内



東山デンタルクリニック

東山動物園正門西すぐ

第二駐車場入口

小型車、軽自動車専用

子ども検入口