

2020年4月

# Fleur de soleil

\*フルール・デ・ソレイユ：フランス語で太陽の花“ひまわり”を意味します\*



ひまわり歯科

〒940-0864 新潟県長岡市川崎 2-2478-1

TEL : 0258-37-7778 / FAX : 0258-37-7775

HPアドレス <http://www.himawari-dental.jp/>

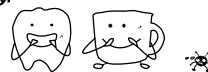
## 院長挨拶

1998（平成10）年3月14日に開業した当院は、22周年を迎えました。これもひとえに多くの方々のご支援のたまものであり、心より感謝しております。



（開業祝 メッツ川崎薬局様より）

ありがとうございます！



さて、人間でいえば、22歳です。

大学生ならいよいよ社会人。すでに働いているなら人なら数年を経過、いろいろ社会の仕組みが見えてきているところです。つまり、向き合うべきは「社会」です。そこで、社会に対して、今までの経験や反省をもとに、当院がこれからどうしていくかを次のように考えています。

- ① 予約を取りやすく→4月から歯科医師を増員
- ② 患者さんが来院の本当の目的に気づくカウンセリング力を強化。  
→カウンセリングできるスタッフ（コーディネーター）育成と、全員での雰囲気作りを継続。
- ③ 継続通院したくなる定期検診→クリーニング後の爽快感が増加！「また来たいな〜」

ご存じの方もいらっしゃると思いますが、当院は2015年に医療法人社団になりました。例えていえば、「個人商店」→「会社」へ格上げになった訳です。

会社になれば、提供可能な医療サービスが増加する分、社会貢献も必要と考えます。

当院では、来院者の方だけでなく、「社会貢献」として訪問歯科診療に取り組み始めてから8年になります。「一生、口から食べたい」方への支援は、講演会も含めて徐々に確実にできるようになってきました。



社会人としての当院は、これからです。将来に向かい、努力して進み続けるスタッフの成長にご期待ください。

院長 北沢 敦



コラム



(新型コロナ・ウイルス対策)

先日、WHO(世界保健機関)がパンデミック(世界的感染)宣言を出しましたので、大変に驚きました。マスク不足を筆頭に、多くの方は不安な日々が続いています。(2020年3月現在)

私も改めて「感染症対策」を学び直し、自分の周囲で何が大切か、何ができるかについて勉強しています。導き出された今の結論は、一番簡単で大切なのは「まず、手洗い」ということです。

可能でしたら、追加項目として ①うがい ②歯磨き も肺炎予防になります。



正しい手の洗い方



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



しっかりお出汁で炊く「たけのご飯」

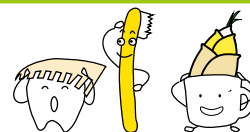


材料(4~5人分)

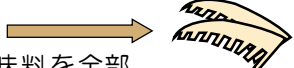
- たけのこ(水煮) ・ 約200g  
 お米 ・ 3合  
 A [ しょう油 ・ 大さじ1  
 みりん ・ 大さじ1  
 お酒 ・ 大さじ2  
 塩 ・ 小さじ1

- 昆布 ・ 約15cm  
 鰹節 ・ 約30g  
 水 ・ 約1リットル

塩を塩麴(大さじ1)にしても  
 まろやかな感じになりますよ。  
 調味料は目安ですので、好みの味でお楽しみください。



作り方

- 昆布は表面の汚れをぬれ布きん等で取り除き、水に約30分~1時間付け置いて火にかける。中火でじっくり温度を上げていき、沸騰したら火を止めて昆布を取り出す。水をコップ1杯入れ温度を下げてから鰹節を入れます。煮立ったら火を止め灰汁を取る。鰹節が沈んできたらキッチンペーパー等でこして、お出汁の出来上がりです。
- お米は洗って水に浸しておく。(30分以上)材料が揃ったら水を捨ててザルに上げて置く。
- たけのこは水で洗い薄く切る。(くし形になるように切る) →   
炊飯器にお米、たけのこ、出汁(お米3合分の量)、Aの調味料を全部入れて、ご飯を炊く。残った出汁は、おみそ汁やお吸い物などにお使いください。ご飯が炊けたら出来上がりです。薄味なので、しっかり噛んで素材の味や食感を楽しんで下さい。