

2022年7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

5Gの時代が来ました。

# 5G?



5Gというと..

スマートフォンを代表とする5G:「5th Generation(第5世代移動通信システム)」の略称を思い浮かべる人が多いのではないのでしょうか?以前の通信規格である「4G」の次世代規格5Generation(第5世代)という意味です。

ところが、今回のテーマの「5G」は、当院の専門とするインプラントについてです。当院では2000年からインプラント治療を開始しました。20年以上多くの方に「**歯の回復による食の美味しさ、自分好みの笑顔獲得など**」を提供してきましたが、**そのインプラントも5G(第5世代)になりました。**

今迄の当院のインプラントは「**2G(第2世代)**」ですが、2Gで長期安定させるには「**長いインプラント**」(10mm以上)が基本でした。そのために顎骨の厚みが10mm以上必要であり、10mm未満の場合には「**顎骨を厚くする手術→約6ヶ月待機→インプラント手術**」という流れになります。短所としては複数回の手術をすると「**咬めるようになる**」までに時間がかかるし、確率は低いですが後遺症が起こるリスクなどもありました。ただ、**当院では2Gインプラントで大きな問題も起きず、20年以上も長持ちするようなメンテナンスをしてきましたので、実績と自信があります。**

しかし、患者さんから次のようなご要望をいただくようになりました。

- ① 短期間の治療で早期に美味しく食べたい。(他歯も負担減→長持ちする)
- ② 手術への不安を減らしたい。(痛み、腫れなど)
- ③ 治療費を抑えたい。

そこで数年前から新インプラントのシステム構築を検討してきた結果、上記のご要望にお応えするために「**5G**」インプラントの導入を決定しました。特徴は「**より太くて、短い**」インプラントでして、主に大臼歯用になります。前歯・小臼歯は2Gで対応が可能です。当院の進化したインプラント治療にご期待ください。



さて、いよいよ長岡花火が3年ぶりに開催されます。私は、花火当日を今からワクワク待っています。**皆さん、5Gも良いけど、5S(5Senses)でも楽しみましょう!**

※5Senses→5感:視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚

院長 北沢 敦



## コラム



本年4月のケーブルテレビ「企業の子カラ」は、当院の特集でした。 放映後の話…

スタッフ「院長、地元テレビ局だと、どれくらい反響があるんでしょうかね？」  
私(院長)「数人でも視聴してくれてると良いなあ。せっかくスタッフも患者さんも出演してくれたのだし…」

その後、徐々に来院中の方から「観ましたよ！」(笑)「おめでとうございます」など、嬉しい反響の声を直接に頂戴するようになり、「2時間インタビューを受けて良かった。出演してくれたスタッフおよび協力いただいた患者さんにも感謝」との想いが強くなりました。

私へのコメント・ランキング ベスト3

- 1 「メイクは、誰がどんな風にしたんですか？」  
(前日、床屋で整髪しただけですが…)
- 2 「家族みんなで観ました。私は2回も観ましたよ。」  
(嬉しいけど、恥ずかしさも少々(ˉ\_ˉ))
- 3 「見逃して、残念だった。ネットも無いしねえ」  
(ご関心が高い方でしたので、DVDを渡しました)

「企業の子カラ」当院出演

- ①YouTubeにてご覧ください  
「ひまわり歯科 企業の子カラ」 (検索ワード)
- ②QRコードでも観覧可能です



※ もし、DVDをご希望であれば、お渡しいたします(無償)。 お気軽にお尋ねください。



暑くて夏バテが怖いですね  
しっかり食べて  
乗り切りましょう！



●さっぱりで食べ応えもしっかり！

## 豚しゃぶもやしサラダ



◆材料<2~3人分>

- |                       |   |             |
|-----------------------|---|-------------|
| ・豚肉……約 150g<br>(スライス) | A | ・ぼん酢……大さじ 3 |
| ・太もやし…1袋              |   | ・ミリン……大さじ 3 |
| ・レタス ……1/2個           |   | ・豆板醤……小さじ 1 |
| ・ニンジン…約 50g           |   | ・ごま油……適量    |
|                       |   | ・白ごま……適量    |

◆作り方

- 1 豚肉(スライス)・もやしは茹でて冷ましておく。  
Aの調味料は混ぜ合わせる。
- 2 レタスは食べやすい大きさにカットする。  
ニンジンは千切りにする。
- 3 茹でた豚モモは食べやすい大きさにし、Aの調味料と合わせる。
- 4 3をもやし、レタス、ニンジンと混ぜ合わせます。味をみて、お好みの味に整えましょう。ごま油は全体に一回しするぐらいかけます。最後に白ごまを振り入れます。

◆ポイント

- ※豚肉はしゃぶしゃぶ用でなくても良いですが、しゃぶしゃぶの要領で茹でてください。(お肉の量はサラダなのでお好みで良いです。)
- ※太もやしは沸騰したお湯に入れて、再度沸騰したら上げてください。
- ※混ぜ合わせて時間がたつと水分が出てきます。なるべく早めに食べてください。