



< 夏空にこだまして >

撮影／山岸眞理

理念『夢』

すべての利用者様に、医療・福祉を介して「夢」を実現する。

<基本方針>

私たちは患者様とご家族様に、「夢」を提供します。

患者様とご家族様の笑顔が私たちの「夢」です。

- 1 私たちは、利用者様の尊厳と権利を重んじ、常に謙虚な気持ちで接します。
- 2 私たちは、プライマリーケアの精神を厳守し、実践します。
- 3 私たちは、プロとしての自覚を持ち、質の高いサービスを提供します。
- 4 私たちは、常に最新の知識を学習し、自己研鑽の努力を怠りません。
- 5 私たちは、※EBMに基づき、インフォームドコンセントに努めます。
- 6 私たちは、よい職場環境を構築し、チーム医療を円滑におこないます。

※EBM(Evidence Based Medicine)実証に基づいた医療

2026年になり早くも7月となりました。
みなさんいかがお過ごしでしょうか。

歯科ではたくさんの患者様を診察しておりますが、よく見られる症状として、「歯みがきの磨き残し」です。特に、歯間部（歯と歯の間）、奥歯のほっぺた側によくみとめられます。

基本的に歯間部の清掃は歯ブラシだけでは不十分です。

歯間部に用いる道具は、

①歯周ブラシ

②デンタルフロス があります。

歯周ブラシは歯と歯の間の隙間が大きいかわたが使うものであり、特にブリッジが入っているかたは必ず使用して下さい。歯周ブラシは隙間に応じてサイズがあります。（S・M・L サイズなど）。サイズが小さいとスカスカで汚れが残りやすく、サイズが大きいと強く力をかけて通すため歯肉が傷つき痛みが出る事が多いです。

そのため、適切なサイズとしては、

「隙間に通す際に、わずかに抵抗があり、軽く歯肉に振れるくらい」が良いと思います。

デンタルフロスは糸状タイプとプラスチック柄になっているタイプがあります。

糸状タイプは慣れてしまえば簡単ですが、難しい場合はプラスチックをおすすめします。

また、糸の部分をは歯と歯の隙間に入れる際は、

「上から下にストンと落とすのではなく、隙間にノコギリのように動かしながら」行ってください。

奥歯のほっぺた側を磨く際は、

「口を少し閉じ気味にし、顎を磨く側に少しずつ歯周ブラシのヘッドが入る」ので磨きやすくなります。ヘッドが小さい歯周ブラシを使うのもおすすめです。

歯周ブラシ



デンタルフロス



歯を健康に保ち、豊かな人生を送りましょう！



トコジラミにご注意ください

トコジラミ

トコジラミは約5mm程度の大きさでシラミの仲間と思われがちですが、実はカメムシの仲間です。壁やベット、引き出しなど家中のいたる所をすみかとし、夜になると住処から出て就寝中の人間の吸気や体温を察知して近づき吸血を始めます。刺された所はかゆみが強く、赤いポツポツが出てかなり腫れる場合もあります。最近ではインバウンド需要と相まり人間を介して旅行施設や交通機関からもトコジラミが発生・繁殖するケースが見られます。



予防と対策



・刺された場合は基本的には他の虫刺されと同様で、強いランクのステロイド外用薬を処方する。痒み強い場合は抗アレルギー薬の内服なども処方します。

・早期予防策としてはクスノキの香りで防虫が可能です。殺虫力はありません。

・トコジラミが発生している場所については、殺虫剤の散布を行う。困難な場合は専門業者に依頼。

・衣類にトコジラミの痕跡がある場合は熱乾燥機、スチームを使用すると一層できます。

さくひん しょうかい

…デイクアセンター…



華やかな春の景色
昼と夜の表情で満開に桜が咲いています。
子供の健やかな成長を願うこいのぼり。
鯉の絵柄も個々様々。
屋根より高く泳いでいます。



リハビリテーション

当院患者様で元農家さん主
導のもとリハ室でプランター
菜園を始めました。
スタッフ一同、手となり足とな
り秋の収穫に心が弾んでい
ます♪



こまつな ほうれんそう



そらまめ

あたまの体操 脳トレ これ、いくら？

次の記号には、お金の種類が隠れて
います。



①、 下記はそれぞれ何円を表してい
るでしょうか？



②、 ①の合計金額はいくらでしょう？

合計 円



PhotoLife 【フォトライフ】

三度の飯より写真が好き！という
山岸理事長のコラムです。

表紙の写真 < 夏空にこだまして >

ここは北の湿原。コヨシキリがヨシ原の葉陰に隠れて忙しく動き回り、その姿を隠す。
かんだかい声のさえずりが、夏の美空にこだまする。爽やかな北国の夏の到来を告げている。

令和8年7月 外来診察予定

曜日	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				山岸	山岸/竹内 ^{10:30~}	山岸	—
午後				竹内	山岸・寺本	竹内	—
歯科				○	○	—	—
	5	6	7	8	9	10	11
午前	当番医	西堀・山岸	西堀	山岸	山岸/竹内 ^{10:30~}	山岸	—
午後	西堀	竹内	竹内	竹内	山岸・寺本	竹内	—
歯科	—	○	○	○	○	—	—
	12	13	14	15	16	17	18
午前	—	山岸	山岸・千葉	山岸/千葉 ^{11:00~}	千葉	山岸・千葉	—
午後	—	竹内	竹内	竹内	山岸・寺本 (千葉14:00まで)	竹内 (千葉14:00まで)	—
歯科	—	○	○	○	○	—	—
	19	20	21	22	23	24	25
午前	—	—	西堀	山岸	山岸/竹内 ^{10:30~}	山岸	—
午後	—	—	竹内	竹内	山岸・寺本	竹内	—
歯科	—	—	○	○	○	○	—
	26	27	28	29	30	31	
午前	—	西堀・山岸	西堀・千葉	山岸/千葉 ^{11:00~}	千葉	山岸・千葉	
午後	—	竹内	竹内	竹内	山岸・寺本 (千葉14:00まで)	竹内 (千葉14:00まで)	
歯科	—	○	○	○	○		

都合により、外来医師が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
 歯科の診療日は、○が記載されている日になります。歯科の診察時間は19時までです。



〒096-0031
 名寄市西1条北5丁目1番地19
 TEL: 01654-3-3911
 FAX: 01654-2-1555
 ホームページ <http://www.sanai-kai.or.jp>

当院は介護保険事業所を併設しています。

- ◆名寄三愛デイケアセンター
ご自宅まで迎えに行き、リハビリや入浴を行います。
- ◆名寄三愛リハビリテーションセンター
スタッフが、自宅に伺いリハビリを行います。
- ◆居宅介護支援センター「しあわせ」
名寄出張所
介護保険についての相談を行います。

利用希望や話を聞いてみたい方は、
 ←左記までお問い合わせください。