



# はのしんぶん

100歳になっても  
自分の歯でおいしく食べよう



一般歯科 / 予防歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科

口腔外科 / 訪問診療 / 各種歯科検診

発行元：濱谷歯科医院 東京都町田市鶴川5-11-8 ☎042-736-5343

HPアドレス <http://www.hamayashika.com> 診療時間 午前8:45～13:00 午後13:30～18:00

管理栄養士の小川です。梅雨に入り、蒸し暑い毎日が続いておりますね。皆様いかがお過ごしでしょうか。

普段はアシスタント業務をしておりますが、栄養士として食事指導などもさせていただいております。さて、これからどんどん暑くなってまいります。夏バテ防止として食事に酢を取り入れる方も多いのではないのでしょうか。

先日院長から衝撃的な話を聞きました。「お酢が好きな人は歯が溶けちゃうんだよね～」実際に患者様に食生活を伺うと歯のなくなっている人や溶けている人に「お酢ドリンク」を飲んでらっしゃる方が多いように思います。体に良いとされている酢は、酸性の性質が強い為、歯のエナメル質が溶けやすくなる場合もあります。取り入れる場合の注意点など裏面特集にまとめましたので是非ご覧ください。



休診日

## 7月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18 海の日	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## 8月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 午後休診	11 夏期	12 休診	13 休診	14 休診
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※8/11(祝)～8/16(火)まで夏季休診いたします。8/10(水)は午前診療です。



## チャリティー歯ブラシ★ご報告

ウクライナへのチャリティーを目的として、ウクライナカラーで歯ブラシをセット販売を開始したところ、おかげさまで好評をいただき、今回の販売数は88セットでした(6月時点)。

本売上と、撤去金属の換金代金の合計422,650円を日本赤十字社を通じてウクライナ人道危機救援の目的で寄附いたしました。

ご協力をいただきましてありがとうございました。引き続き継続してまいりますので、よろしく願います。



## 間違い防止！靴の番号札をご利用ください

最近、患者様の靴の履き間違いが増えています。

靴箱に番号札をご用意しましたので、番号札をご自身の靴につけ、お間違いのないように管理ください。

帰りをお急ぎの方、特にお子さまはうっかり間違いやすいので、ご自分の番号札をご確認ください。



日曜・祝日にお痛みなど出た方は健康福祉会館(休日歯科)  
☎042-725-2225へご連絡下さい。

予約日・予約時間を事前にメールでお知らせ致します!  
Return\_1892317@dentareserve.com



①QRコードを読み込み、空メールを送信  
②すぐに登録フォームが届きます。診察券番号とお名前を入力して下さい。