

歯科医師体制&診療時間(最終受付)について

歯科医師体制、及び診療受付時間についてお知らせいたします。当院は予約制となっております。下記時間をご確認の上、お電話にてご予約をお取りいただき来院ください。ただし、痛みなど急を要する場合は、急患対応も可能です。その場合、待ち時間が長くなる場合がありますので、ご了承ください。また、診療時間は“最終受付”の時間です。ご来院の際は、下記時間内をお願いいたします。(時間外になりますと、会議等で歯科医師不在の場合、対応できないこともありますのでご注意ください)

ご不明な点等ございましたら、健生歯科なるとまでお問い合わせください。

新型コロナウイルス対策として、予約日10日前の県外への往来、大人数での会食参加等に該当する場合、予約の変更をお願いする場合がありますのであらかじめご了承ください。

歯科医師体制

※日曜・祝日・第4土曜午後休診

↓ 受付時間 (最終受付)

	午前	午後-夜間
月	8:30-11:30	13:30-16:30
火	8:30-12:00	14:00-18:30
水	8:30-11:30	13:30-16:30
木	8:30-12:00	14:00-20:00
金	8:30-12:00	16:30- <u>18:30</u>
土	8:30-11:30	13:30-16:30★

	月	火	水	木	金	土
午前	池田	児嶋	児嶋	児嶋	池田	児嶋 <u>三ツ谷</u>
午後	池田	児嶋	児嶋	児嶋 池田		児嶋 ★
夜間		児嶋 ~18:30		児嶋 池田	<u>児嶋</u> ~18:30 <u>池田</u> ~16:30	

★…第4土曜日の午後休診

※金曜日午後は18:30最終受付となります

※土曜日午前 三ツ谷 Drの診察が増えました

※曜日によって診療時間が異なります。ご注意ください。

お間違えのないように
ご確認ください!

歯ブラシ豆知識



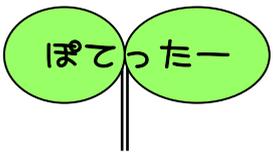
歯ブラシの交換時期

1日3回歯みがきをすることを前提に、**約1か月**とされています。(正しい歯みがきをしている場合も同様)長く使っていると毛のコシがなくなり汚れが落ちないばかりか、歯茎に傷がつく原因にもなります。広がった歯ブラシの汚れ除去率は**最大40%も下がります**。また丁寧に洗浄乾燥し清潔にしている場合でも、**歯ブラシの根元には菌が繁殖**します。1か月を目安に交換しましょう！(1か月より早く毛が開く時は磨く力が強すぎる場合があります。歯科で正しい磨き方をきいてみましょう。)



歯ブラシの保管方法

歯磨き後は、歯ブラシに菌や汚れが多く付着するため、しっかり毛先部分を洗い流します。その後は**しっかり水気を取り除き、風通しの良い場所でヘッド(毛先)部分を上向きにして保管**しましょう。



『好きな飲み物Best3!』



potetter@児嶋

よくのおものは奥伊勢カルシウム水
四国カルスト天然水、
コーヒー(マンデリン)の3種類です。



potetter@三ツ谷

New!

① コーヒー ② 紅茶 ③ 炭酸水
歯科医になってから糖分の入った
飲物をあまりとらなくなりました。



potetter@渡川

① アイスコーヒー
② 午後の紅茶ストレート ③ ポンジュース

potetter@郡

1. 麦茶 2. 牛乳 3. ロイヤルミルクティー



potetter@佐藤

① コーヒー 食後に飲んだらホッと
② 炭酸ジュース ビール飲めないの
風呂上りには最高
③ 水 体の水分補給 お口の中もスッキリ

potetter@池田

1. マッチ 2. ミツ矢サイダー 3. コーラ

potetter@岡田

1. 今年の「贅香」(アイスコーヒー) 今年少し味が落ちたような
2. CoffeeBase(アイスコーヒー) 1:3 でミルクで割るのが好み
3. JA と一部の道の駅でしか売っていないみかんジュース

potetter@吉田

アイスコーヒー、アイスティー
アーモンドミルク(最近はコレ)



potetter@小林

夏の時期は1位麦茶、2位アイスティー、3位アイスコーヒーかな? 2位と3位の間は大きく差があります。

potetter@有井

1. ルイボスティー 2. 牛乳 3. ほうじ茶
ルイボスティーは毎日飲んでます!