



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。



お正月といえば、羽根つきや凧揚げ、福笑いやすご六などのお正月遊びがあります。皆さん、あけましておめでとうございます。すずき歯科医院、院長の鈴木です。お正月遊びは、おじいちゃんおばあちゃんから、子供まで年代を超えて誰もが楽しめる遊びです。今回は、そのなかでも「凧揚げ」の歴史と魅力をご紹介します。



凧揚げは中国から伝わった遊びですが、もともとは戦いのときの道具の一つとして使われていました。日本には平安時代に貴族の遊びとして伝わり、戦国時代には、敵陣までの距離を測ったり、遠くに火を放つために使われたりもしたそうです。庶民に広がったのは江戸時代。

凧が高くあがるほど願い事が神様に届くので願いが叶う、元気に育つといわれています。最近ではスポーツカイトや揚げやすい凧も出ているようです。今年のお正月は、みんなで凧揚げをしてみたいかでしょうか？  
いよいよ寒さも本番です。受験生の方は風邪をひかないように体調管理には気を付けましょう。“テスト中に歯が痛くなった”なんてことがないように、事前に虫歯の治療にきてくださいね。

### すずき歯科医院からのお知らせ



今年も1年虫歯予防に努めましょう！

今月休診日【日曜・祭日以外】12・19・26  
矯正患者の増加に伴い、矯正診療日を設けました。詳しくはスタッフまで。

### 患者様アンケートのご紹介

いつもありがとうございます～

1回目の検査からとても親切でしたので、  
安心して来ることができました。  
歯医者のイメージがかわりました。

ハッキリ物も言う先生の言動が心地よいです。  
治療も上手だと思いました。

とても、みなさん、親切でした。

とても丁寧な対応だったので  
大満足でしたありがとうございます。

すずき歯科医院からのお願い

健診時には、歯ブラシ(使用している)をお持ち下さい。

# QOLって知ってる？

## ★QOL (クオリティ・オブ・ライフ) とは？

最近 QOL という言葉を耳にしたことはありませんか？ “Quality of Life” の略で、生きていくうえでの生きがいや満足、人生の質、という意味があります。歯科医師も、患者さんの身体的精神的な苦痛を取り除くための治療にとどまらず、患者さんにより自分らしく、満足度と質の高い人生を送っていただくという観点で、QOL の向上をめざした治療を行いたいと考えています。患者さんも、白くて、長持ちし、金属アレルギーの不安がない自費診療を選ぶ方が増えてきました。

## ★保険治療とは？

治療のほとんどは保険でカバーでき、治療費用の1割または3割を負担することで治療を受けることができます。保険治療は、国によってあらかじめ金額が決められているので、同じ診断で同じ治療内容であれば、どこの歯科に行っても同じ金額で同じ診療を受けられます。しかし、保険は「病気」でなければききませんし、噛めることを目的としているので、被せる金属や材料に制限があり、治療方法なども決まっています。さらに、審美を目的としていないので、より良い材料、より良い診療、よりいっそうの美しさを求める場合は、保険の範疇を超えてしまいます。



## ★自費治療とは

自費治療では、治療方法や治療に使う材料、治療にかかる時間が制限されることはありません。最新の治療法で、高性能の材料を使い、時間をかけた丁寧な治療を受けていただくことができます。保険治療の細かいルールに縛られず、ベストな治療を選んでいただくことができるのです。ただし、治療費は10割負担となります。

## ★どっちがいいの？

実は、保険診療の詰め物や被せ物の寿命は平均5.5年というデータがあります。これは、金属と歯はくっつかないからです。セメントで機械的に歯に留めますが、歯と金属の間にすき間が残ります。金属は固すぎるので、噛むたびに歯との間のすき間が広がったり閉じたりします。そこに酸とむし菌菌がしみ込んで、詰め物や被せ物の下に二次的なむし菌ができてしまうのです。やがて神経を取ることになり、最終的には歯を失ってしまう可能性があります。

さらに、口は顔の最も重要な部分であり、単に機能を果たせば良いだけではありません。例えば、白い歯やきれいな歯並びは大きなチャームポイントです。また、自然な噛みごこちは味覚に重要な影響を与えます。耐久性があれば、痛い治療回数を減らすことができます。他人に気づかれない入れ歯があれば、自信を取り戻すこともできます。

自費治療は、耐久性や治療回数などを総合的に勘案すれば、保険よりコストパフォーマンス（費用対効果）が優れる場合もあります。ぜひお気軽にご相談ください。



皆さんのライフサポーター すずき歯科医院

