

二〇二二年十一月二十六日、盛岡となん歯科・こども矯正歯科はおかげさまでリニューアルの日を迎えました。大きな円形の看板が目印となっている新しい医院は、白を基調とした二階建て。受付は吹き抜けと大きな窓で明るく開放感があり、診療室は清潔感とプライベート空間を意識した半個室となっています。これまでに以上に快適に治療やメンテナンスを受けていただける空間となりました。実はこれで完成ではなく、あくまで「第一弾」、リニューアル。今度は、四〇年間に渡って診療してきた医院を解体し新築、来年の五月に

は合体し、さらに大きな医院になります！これまで長年お世話になった医院がなくなるのは少し寂しい気持ちにもなりましたが、先生をはじめ、スタッフの意見を取り入れた医院で診療ができるのがずっと楽しみだったので、念願叶って今は嬉しい気持ちでいっぱいです。工事に差し当たって、患者様には今までも工事の音や駐車場などご迷惑をおかけしてまいりましたが、五月までは引き続きご不便をおかけすることもあるかと思えます。ご理解ご協力のほど、何卒よろしくお願いたします。



当医院のホワイトニングは三種類あります！一つ目が、患者様に来院していただき行う『オフィスホワイトニング』です。オフィスホワイトニングは高濃度のホワイトニング剤を使用するため、一回の施術でも効果が出やすい特徴があります！二つ目が、自宅で行う『ホームホワイトニング』です。ホームホワイトニングは専用のマウスピースにホワイトニング剤を流し込み、歯

に装着します。忙しくてなかなか通院出来ない方におすすめです！三つ目は、オフィスとホームを並行して行う、『デュアルホワイトニング』です！オフィスやホームを単独で行うよりも高いホワイトニング効果が期待できます！ホワイトニングについて気になる方はぜひスタッフまでお声がけください。



1 リニューアルオープン第一弾！



TC 板屋

2 当医院のホワイトニングについて



衛生士 橋本

3 診療日・休診日


新聞 TDC
2021.11.30 発行
VOL.03 秋号

MORIOKA TONAN DENTAL & KIDS ORTHODONTIC


LINE UP

- 1 リニューアルオープン第一弾！
- 2 当医院のホワイトニングについて
- 3 診療日・休診日
- 4 乾燥にご注意！
- 5 オーツモレキュラー療法の導入！
- 6 Dr. 優貴の独り言


Follow me!!



YouTube
盛岡となん歯科



チャンネル登録はこちらから↓↓



2022年1月							2021年12月							2021年11月						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1				1	2	3	4		1	2 AM	3	4	5	6
2	3	4 AM	5	6	7	8	5	6	7 AM	8	9	10	11	7	8	9	10	11	12	13
9	10	11	12	13	14	15	12	13	14	15	16	17	18	14	15	16	17	18	19	20
16	17	18	19	20	21	22	19	20	21	22	23	24	25	21	22	23	24	25	26	27
23	24	25	26	27	28	29	26	27	28	29	30	31		28	29	30				
30	31																			

休診日：木曜日・日曜日・祝日（臨時休診や午前休診等は、カレンダーでご確認ください）
※グレーの網掛けが休診日



4 乾燥にご注意！

冬は暖房で室内が乾燥しているところが多いです。空気が乾燥していると、肌の水分が失われやすく、乾燥状態となってしまいます。

また、気温が低いと血行が悪くなるとともに、皮脂や汗の分泌が減少してしまい、肌のバリア機能の一つである皮脂膜が十分に形成されなくなってしまう。

すると、バリア機能が低下した「弱バリア状態」となり、肌がしょっちゅう突っ張る・カサカサして白い粉がふく・赤くなったりかゆくになったりする・・・というようになり、肌トラブルが悪化していきやすくなります。



受付 滝野



◆ 熱いお湯での洗顔は乾燥の原因に！

洗顔時は、「少し冷たいかな？」と思っくらいのもるま湯がおすすめ！

◆ 水分だけでなく、油分もバランスよく補給を！

お手入れの最後は、乳液やクリームなどの油分が多めに含まれたスキンケアアイテムで水分を肌の中に閉じ込めるのが重要なのです！

5 オートソモレキュラー療法の導入！

オートソモレキュラー療法をご存知ですか？オートソモレキュラー療法とは、栄養素（適切な食事、サプリメント・点滴、糖質コントロール）を用いて、私たちの身体を構成する約六十兆個の細胞の働きを向上させ、人が本来持っている治療力へアプローチする治療法のことです。仕事や人間関係など、現代人は多くのストレスにさらされており、その身体の中では、気づかないうちに多くの栄養が消耗されています。しかし、現代の日本にお



いて通常の食事だけでは、細胞が必要とする十分な量を摂取することが困難です。栄養のバランスが乱れてしまうことで、身体の不調が起こりやすくなります。オートソモレキュラー療法は、体調を崩しやすい、イライラしやすい、ニキビが治らない、精神疾患など幅広い分野に応用が可能です！

当院でも詳細な血液検査を行い、患者様の足りない栄養素を確認し、サプリメントを用いて一人ひとりが持つ自然治療力へアプローチをしていきます。

気になる方は是非スタッフまでお

声かけ下さい！



衛生士 藤原





Dr. 優貴

いつも盛岡となん歯科・子ども矯正歯科にご来院いただき、心より感謝申し上げます。今後も日々成長を選択し、より良い医療を提供できるよう、研鑽してまいります。今回は《三十歳で辞めたこと》と

いったテーマでお話していきます。私は三十歳の時に、実家である盛岡となん歯科・子ども矯正歯科（旧都南歯科医院）を継承し、更なる地域貢献を目指していこうと決断いたしました。しかし、それまでの十代二十代は、「自分の生きたいように生きてきた」人生でした。やりたいことをやり、付き合いたい人と付き合い、使いたいものにお金と時間を使うことが、幸せなのだそう確信していました。そんな中、三十歳の頃に組織を引き継ぐ決意をした私が感じたことは、『やりたいことをやっている人生では、得たい人生を得られないんだ』ということでした。やりたいことをやるとは、逆を言えば『やりたくないことをやらぬ』という

ことです。やりたくないことをやらぬということとは、『自分の良いと思っ

ていることの範囲内での成長しか得られない』ということと、つまりは人生何も変化しない。結果として、『成長しない』といった十代二十代でした。だから私は、三十代の生き方は、やりたくない事ほどチャレンジを選択して、人の三〜五倍頑張る！そう決めて行動してきました。しかし、実際に人の三〜五倍頑張るのって物理的に難しいですよ？ということとは必然と『今やっていることを辞める』必要があります。何を辞めるかという、『自分の得たい目的や目標に対して効果的ではない行動』ですね。今自分がしていることが、本当に『今』必要で、本当に効果的か？これを主観的に見ずに、冷静に、客観的に評価していく。これが必須なわけです。そんな私が三十歳の頃にした行動は以下の通りです。

◆大好きだった大学勤めを辞める

超辞めたくありませんでした。なぜなら、関わって下さった先生生徒、全て大好きで、毎日が楽しかったからです。しかし、本当に得たいこと、実家の医院を継承して成功に導くために『今』していることは効果的か？と考えると、楽しさよりも、開業医で経営を学ぶことだと決断し、辞めました。大学という最高の医療機関で学べたこと、とても感謝しています。また戻りたい・・・笑

◆盛岡に住むことを辞める

地元盛岡が好きなんです。そしてみんな友達だと思っちゃうタイプで、飲み仲間が大勢いました。飲む回数で言えば週六日。毎日楽しくワイワイしてました。そんな自分を変えるには、もう盛岡を出るしかない。なので、三十歳で急に盛岡を飛び出して、四年間は自分から飲みに誘うことはほぼせず、毎夜読書やセミナーなどで自己成長のための時間に当てました。

◆趣味を辞める

超ハマっていたゴルフをやめました。みんなからお誘いいただいたも全て断り、最終的にはゴルフ用品全て売りました。

こういった、かなりの覚悟を持って辞めた私ですが、その時間を自己成長に充てることができたおかげで少しずつ成長できている実感がありません。ちなみに今は趣味を少しずつ始めたり、飲み会は必要なのは顔を出しています。

『今、それ必要ですか？』

『いつ頑張るんですか？』

『それやるの、結果出してからじゃないですか？』

この辺をしっかりと整理していく必要があるということ。人生一度きり。

得たい人生を得られる生き方をすることで、さらに社員に、そして患者様に還元してまいります。