

# カメまんねん



こんにちは、いとう歯科医院の伊藤高史です。今年の冬も寒いですが。住んでいるマンションは朝も15度くらいで外ほど気温は下がりません。助かるのですが問題が1つあります。それは窓の結露。気温差による水滴で窓がビショビショになるのです。毎朝タオルで拭きますが窓は大きいので意外と大変。そんなある日インターネットで興味深い物を見つけました。それは窓に塗るだけで結露を防止するスプレー。さっそく買ってみました。昼に塗って翌朝ワクワクワしなから見ると…。あまり変わりませんでした。水滴は若干少ないかな、というくらい。そう上手くはいかないですね。とはいえ試行錯誤は楽しいです。あなたもワクワクしていることはありませんか。

## 娘が気に入った一枚の絵

### 魔法でパスタをリゾットに

夜はパンを食べたい

娘の要求に頭を抱えています。最近「〇〇したい」と自分の意見を主張することが増えてきました。教育の専門書にも成長の過程で必要と書いてあるし、自分の意志を人に伝えられるのはとても良いことなのですが。

問題は要求の内容です。夕ご飯の主食にパンを食べたがる。

朝はオートミール、昼はパンが多いので、夜はバランス的に米を食べてほしいのですが「食べなさい」食べなさいやダメ」のような強制的な言い方は避けるようにしています。

美味しいからお米を食べよう

お米を食べると元気が出るよ

ママとパパはお米がだい好き

専門書を参考にして、誘導してみた。受け入れやすい表現を選ぶなど人格を尊重するようにしたり、上手く方向づけようと試みるのですが娘の答えはただ一つ「ヤダ！」の一点張り。



有効な方法が見つからず、パン食を続けていました。ところがそんな悩みがある漫画本が解決してくれたのです。

タイトルは「なぜこれでキレイになれるの？」行き過ぎた菜食や偏った食生活に警鐘を鳴らし、日本食や良質の肉や油、果物や木の実を食べると健康的な身体を作れば若さも美しくも手に入るという内容です。

妻が自分で読むために買ってきたのですが、かわいいキャラクターに目をつけたのは娘の方でした。絵を見て「なんでこの人は頭が痛い」と質問するので「パンばかり食べて遅延型食物アレルギーになったからだって」など答えていたら文章にも興味を持ち始めました。

毎晩、娘が繰り返して読む部分がありました。それは小麦について。パスタやパンに使われる小麦粉は小麦の粒を細かく砕いて精製したもので、消化吸収されにくく、肌荒れやむくみ、頭痛などアレルギーの原因になりやすい。小麦粉が原料の物ばかり食べるのは控えましょうと書かれていました。

本の中で「パスタやパンよりもお米を選ぶようにしてみようか」と著者の伊達友美先生が魔法使いに扮して魔法でパスタをリゾットに変える絵が娘は気に入ったようです。

セリフを覚えてしまうくらい読み込んでいました。ある日、夕ご飯の準備をしていたら「あ、おコメ食べる！」と娘が突然言いました。あれほど拒否していたご飯をモリモリ食べ始めたのです。



魂胆が見え透いた親の言葉も教育書の知識も通じませんでした。娘は自分で道を切り開いたようです。

教育は決まったコースを進めばいいというものではなく、親も子どもと共に試行錯誤する必要性を感じました。子どもの成長を実感する喜びは何ものにも代えがたいですね。

参考文献 「なぜこれでキレイになれるの？」著者伊達友美 漫画かねまつかなこ (株)アスコム

## うれしかった『あの一言』

あさってから旅行なんですけど間に合いますか。

70代男性のIさんが置いたのは今朝割れてしまったという入れ歯。前歯5本が並んだ真ん中が折れていて、これでは食事も会話も不可能。旅行どころではありません。一般的な歯科医院では専門の技工所に外注するので急がせても4〜5日かかります。今日中に解決するには歯科医師がその場で修理するのが唯一の手段です。

割れた部分はきれいに合わせることでできました。入れ歯が壊れてから持ってくるのが早かったので誤差が少ない。これなら元通り使えます。時間が経つと口の中や入れ歯が変化して合わなくなることもありますが。入れ歯は壊れたら早い対応が大切です。



いとう歯科医院は予約制ではないので電話等で連絡をせず診療時間内に来院していただいで大丈夫です。午前中か昼の2時までに来院していただければその日のうちに修理できることがほとんど。

今回の治療は入れ歯に補強の金属線を入れてプラスチックを盛り上げました。金属線の形は単純なので修理は簡単。当院でもっとも得意としている方法です。入れ歯を預かって1時間半で修理は完了。今まで使っていた入れ歯なので適合も良好。治った入れ歯を入れたIさんは「いやー本当に良かった。とにかく駆け込めば何とかしてくれるから安心です」とおっしゃって旅行に行かれました。

昭和9年（1934年）に祖父高秋が開業して以来……。おかげ様で「いとう歯科医院」は地元松庵で80年を越えました。

## ■いとう歯科医院に寄せられた患者さんの声■

インターネットで公開中！ 患者が作る患者のための『病院の通信簿』

→ <http://www.tusinbo.com/> ついに患者さんの投票数は150通を超えました！（平成27年2月現在）

○2014年12月 50代女性 こんな素晴らしい歯医者さんが、日本にあったのですね！！ 本当に、本当に、感激致しました。昔から歯茎が弱く、30代の頃に、上の前歯を美容歯科で100万円かけて作ったのが、58才になった今、ぐらついて使用できなくなりました。近所の歯医者さんではブリッジを全部取って入れ歯ができるまで1か月位かかると言われました。仕事をしていて、人に接することが多いので歯がないと、とても困ります。困り果てて、ネットで色々調べましたが、たいていの所は自費（自由診療）で30万円～40万円かかると言われました。悩んでもう少し詳しくネットで調べてこの医院を知り、大きさによっては、その日のうちに入れ歯ができると先生から言われ、板橋からすっこんできました。大先生も若先生もとてもやさしくていいに説明して下さい、特に大先生はやさしい中にも長年の経験を積まれた威厳を感じさせる方です。板橋から片道1時間かかりましたが、通う時間なんて気になりません。これからもこちらの医院でお世話になりたいと思っております。今後共よろしくお願ひ申し上げます。

◆2014年12月 70代女性 とても親切で感じの良い先生です。遠方から来たのですが来て良かったです。◆2014年11月 70代男性 約1週間がまんしていたのですが痛くなり突然治療に伺いました。大先生、若先生とも相変わらずの笑顔で治療に当たって頂きありがとうございます。素早く治療して頂き調子が悪くなったらいつでもいらっしやいとお言葉と同時にあまりがまんそしないでとの事で本当にありがたく思っております。気やすくやさしく身体の工合に合はせて治療は本当に助かります。息子も妻も伊藤先生以外の所へは行かないと言っております。ぜひぜひ又よろしくお願ひ致します。◆2014年9月 40代男性 伊藤歯科医院は良心的な歯科医院です。先日定期健診に来院しました。素早く丁寧な治療で無事終わりました。今までの歯医者駅前ビルの夜遅くまで開院している歯科医院、レントゲンを撮り治療がなかなか終わらない。また来週の予約を先生に聞くともう少しで終わりますよと痛くもないのにどこの歯が悪いの？ 今後ともよろしくお願ひ致します。5か月前に井の頭通りのマンションに引越しました。7階の階段からスカイツリーと東京タワーが見えたのは驚きました。私の住んでいる3Fからは夏の花火大会が目の前から見え、西側は朝の気候がいい日は富士山が見えました。今までの家は現地まで行かないと見られないと思っていましたが、高い所に住むと杉並松庵でもこんなきれいな景色が見えるのは思っていませんでした。◆2014年7月 70代男性 大先生、ご無沙汰しておりました。先日は息子が、昨日は私がお世話になりありがとうございます。相変わらず大先生、若先生の絶妙のタッグコンビだんだんクールになって来た感じです。患者はなほさら安心してお願ひ出来るというものです。治療はもちろんの事、ケアの心配までして頂いて今時この様な良心的なドクターはなかなかいないと思います。息子も伊藤先生の所以外に行く気もありません。それだけ先生のところは「歯医者さんイヤダナー」と云う気が起りません。どうぞこれからもよろしくお願ひ致します。◆2014年7月 40代男性 いつもご丁寧な治療、有難うございます。いとう先生は本当に優しく、痛くないので他の歯科は行きたくありません。治療中も優しく声をかけてくださるのも安心します。毎回カメまんねんのお便り、有難うございます。これからも（私の父も）よろしくお願ひ致します。◆2014年6月 60代男性 歯の治療のすばらしさ。入れ歯サシ歯具体的に丁寧で安心です。これを機会に完全に治をします。

◆2014年5月 60代女性 いつも何かと気を使ってくださって「ありがとう」の思いでいっぱいです。これからもよろしくお願ひ致します。◆2014年4月 60代女性 急に歯が痛くなった時、予約無しで診察していただけるのが何よりありがたいです。予約無しだと時間が空いた時に気軽に通院できます。「歯医者さんに行かなくちゃ」と思いながら治療費が気になって先延ばしにしてしまう方も多いのでは、と思いますが、できる限り保険治療で対応して下さいという方針も大変ありがたいです。患者が本当に必要とする治療を提供して下さい。いとう歯科医院は今時貴重な存在です。◆2014年2月 60代女性 いつも来ても嫌な顔しないで診ていただき、感謝しています。ずーっと通います。◆2014年1月 50代女性 先生のHPの大ファンです。全部のページを読破すべく楽しんで読ませて頂いています。何しろこの熱意あるHPのおかげで先生に出会えたのですから。先生のおかげで長年悩んだ入れ歯の不安が取り除かれた上、綺麗な白い歯が保険内で手に入り感謝、感謝です。他の歯科医院で自費で400万超かかると言われて途方にくれていた私を、先生の素晴らしい技術が救ってくれました。本当にありがとうございます。これからも末永くどうぞよろしくお願ひ致します。◆2013年12月 40代女性 お電話での問合せの時から安心出来る丁寧なご対応に感謝しております。看者の心を大切にしてくださいけるすてきな先生でした。◆2013年10月 女性50代 いつも丁寧で親切な説明とご指導をありがとうございます。人なつこいカメ吉君とあうのも楽しみです。◆2013年9月 女性70代 待合室にカメがいたり、お便り「カメまんねん」をいただいたり、はじめはちょっと変わった歯科医院だと思いましたが。ていねいに診察、治療して下さり、何度も通院しないで少い日数でよくなるのでありがたいです。予約なしなのも助かっています。今後とも頼りにしていますのでよろしくお願ひします。◆2013年8月 男性30代 祖母の代よりお世話になっております。すぐに抜いたり「金儲け主義」の強い歯科医が多いこの時代に、生きてる歯は可能な限り大切にしてくださいる姿勢はありがたい限りです。厳格な父もこちら以外は使うなど常に私に言い聞かせ、現在も横浜より通院しております。今後とも宜しくお願ひ申し上げます。

カメまんねん、1部は一番大切なお友達にプレゼントしてあげてください。

### いとう歯科医院のホームページが完成しました！

歯科医師から言われた内容を念のため確認したい。治療について知りたい。そのような声にお応えできるように「よくある質問」「保険で行なった治療の症例」などで豊富に紹介しています。

「西荻窪 入れ歯 いとう歯科」で検索してください。

<http://www.ireba-ito.com/>

いとう歯科医院

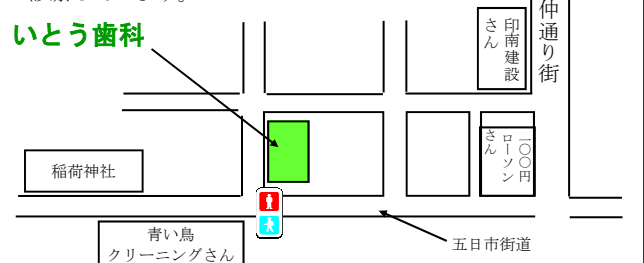
〒167-0054 東京都杉並区松庵3-6-3

TEL: 03-3333-5389

	月	火	水	木	金	土
8:30~11:00	○	○	○		○	○
14:00~17:00	○	○	○		○	

※ 予約制ではありません。 木日祝休み

お越しいただいた順番に診療しています。



いとう歯科医院では初めての患者さんにはお金のかかる自費治療はやりません。安全安心な保険治療で、じっくりと取り組んでいきます。