こんにちは歯科です

Vol.327
2026.11月
医療生協さいたま
生協歯科

@SEIKYOUSIKA_SEIKYOUSIKA
インスタグラム
やっています！！

販売品　割引キャンペーン

2026　11/2(月)～11/30(月)

歯周病患者さんにおすすめ　菌の数を減らす！！　洗口液！

通常380mlのものを期間中1080mlの大容量サイズも販売



●期間限定サイズ1080ml●

ハビットプロ　1600円(税込)

歯周病に効く！歯磨剤

おひとり様
2個まで

ハグキプラスP-PRO

●大特価●

通常　1320円→　1000円(税込)



販売品　全品50円引き

※バラ売り歯間ブラシとバラ売りウルトラフロス、テペシリーズ、舌ブラシ対象外

歯磨剤(歯磨き粉)全品100円引き

歯ブラシ1箱(20本入り)→1300円引き

※　対象外の品があります。キャンペーン期間中、購入予約の方優先

※キャンペーン内容を変更する場合があります

職員コラム　歯と顎を守る「ナイトガード」の有効性

歯科技工士　山形伸人

歯と顎を守る「ナイトガード」の有効性

「朝起きると顎がだるい」「急に歯がしみる」といった不調はありませんか？その原因は、寝ている間の無意識な**歯ぎしり・食いしばり**かもしれません。

睡眠中の噛む力は驚くほど強く、なんと**自分の体重の2～5倍**（時には100kg以上）もの過度な負荷が歯や顎にかかっています。この凄まじい破壊力からお口を守ってくれるのが、夜専用のマウスピース「ナイトガード」です。

ナイトガードには、主に4つの優れた有効性があります。

歯の保護：歯同士の摩擦を防ぎ、すり減りや破折（割れ）を物理的にガードします。

顎の負担軽減：筋肉の緊張、そこからくる朝の頭痛・肩こりを和らげます。

治療物の長持ち：せっかく入れたセラミックや詰め物の破損・脱離を防ぎます。

知覚過敏の緩和：歯の根元にかかる過度なストレスを分散させます。

市販品もありますが、噛み合わせの悪化を防ぐためにも、歯科医院で作る**オーダーメイド**が安心です。診断があれば**健康保険も適用**できます。大切な歯の寿命を延ばすために、ぜひ一度お気軽にご相談ください。

医療生協さいたま　生協歯科　　さいたま市緑区東浦和6-16-1　TEL：048-810-6100

組合員だより

岩槻東支部の活動紹介

岩槻東支部　石川綾子

岩槻東支部は「身近なところで健康チェック」を基本に、年2回の健康チェック（血圧・体組成計・骨密度計等）を実施しています。昨年度からデータを蓄積、前回データと比較しご本人の健康維持活動に反映できたらと考えています。1月は初詣、その他の月はその時々に興味のある事から学習会・見学会等を計画しています。

今年初めて7月末岩槻市内の果樹園にブルーベリー摘みに行ってきました。「近所にこんなところがあったなんて！」と驚きました。猛暑のため、短時間の滞在でしたが、納得できる収穫があり好評でした。

もう一つ、昨年度の配付員さん募集をかけたところ80歳代の方の応募がありました。数回私たちと一緒に配付して今はお任せしています。

そして最近では支部運営委員会にも参加していただいています。年齢にとらわれず、ひとり一人の英知・行動力をどう生かすか、パワフルな80歳代の方が参加してくださる事によって学びました。



達成おめでとうございます！ 8020さん

佐藤　正市　さん（80歳）
- 歯みがき：2回
- 補助用具：歯間ブラシ
- 趣味：家庭菜園

井上　正一　さん（82歳）
- 歯みがき：1回
- 補助用具：歯間ブラシ
- 好きな食べ物：カレー

HPはこちら

ボランティア（真珠の会）活動日

11月13日（金）の予定です。

9：30～11：30 作業内容：プランター植え替え、雑草取り、本棚整理

男性の参加があると助かります。ぜひ多くの方のご協力をお願い致します！

12月は11日（金）の予定です。

連絡便

≪ 生協歯科 ～ 東浦和駅 ≫ ● 土曜・日曜・祝日は全便運休です。

	東浦和駅 発		生協歯科 発	
	月・火・水・木・金		月・火・水・木・金	
8時	40　55	第2、第4水曜日は東浦和駅発12時15分迄運行します。	50	第2、第4水曜日は生協歯科発12時10分迄運行します。
9時	15　35　55		10　30　50	
10時	15　35　55		10　30　50	
11時	15　35　55		10　30　50	
12時	15　35　55		10　30　50	
13時	15　35　55		10　30　50	
14時	15　35　55		10　30　50	
15時	15　35　55		10　30　50	
16時	15		10	

※第1、第3、第5は水曜日の午後も運行しています（2026年11月より変更します）

浦和民主診療所便（浦和民主診療所→生協歯科→埼玉協同病院）

浦和民主診療所　発9:05⇒　生協歯科　発9:44⇒　埼玉協同病院　着10:05（1便のみ）