



多摩クリニック  
ニュースレター  
第48号  
2021年冬号

Winter 2021

寒中お見舞い  
申し上げます

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニックは、昨年2020年10月16日9年目に入り、多くの患者様の「食べる」をお支え出来たことは、大変うれしく思います。

食べることは、生きること。

これからも多くの患者様を診療し、地域医療に貢献できる多摩クリニックへと成長していきたい所存です。

新型コロナウイルスに振り回された2020年が終わり、2021年心新たにと意気込んでいたところ、感染者の増加によって、年明けから2度目の緊急事態宣言が発令されました。

実は、歯科診療所は、新型コロナウイルスに大きな影響を受けた業種の一つです。スタッフと患者さんとの距離が近いことや、唾液の中にもウイルスが存在するといった事実から、残念ながら歯科診療所は感染リスクが高いのではないかと考えられ、受診控えが起こりました。

一方で、歯科診療所でいわゆるクラスターが発生したとの報告は世界中どこにもなく、実は安全なところだということが証明されています。それより、口の健康を守るのは、定期的な歯科受診であることは明白で、これがとぎれてしまったことに大変心配しています。コロナに負けない健康づくりをするためにも、歯科受診を継続していただければと思います。

口腔リハビリテーション多摩クリニック多摩クリニック院長 菊谷武

## 食べるを支える 研修会

2021.1.14(木) 18:30~20:30 より、「食べるを支える」研修会が開催されました。第1回の内容として、口腔機能発達不全症～診るべきこと、支援するべきこと～が行われまして、102人の申し込みをいただき、研修会当日では、実際参加人数112人以上の方々にご受講いただきました。

研修会では、学びが多いとのお声も多数頂戴しております。また、「炬燵で暖まりながら研修会を聞く」ことが出来るのも、オンライン上ならではのです。どうぞお気軽に申し込みいただきたいと思ひます。

## 新書のお知らせ

～口腔機能発達は、子どもと家族が口を通して  
楽しく生活していくための、歯科からの支援です。～

この新書では、口腔機能発達について分かりやすく解説されているほか、親と子どもとのつながりを、より強く結びつけるため「食」を通して見つめ直し、生活に活かすことのできる内容となっています。

また、なぜ嫌いなものがあるのか、その場合どうしたら良いのか等と記載されており、子どもに携わっていない方々でも「なるほど！」と納得できる、充実の内容となっております。

「成長」と「発達」。どちらも未来に向かい希望のある言葉です。この新書を通し、多くの方々に子どもの成長と発達を実感していただき、親子間の絆を深めてほしいと願っています。

食べることは生きること。それにつながる事が理解できる感動の1冊です。



## パンフレットが 新しくなりました。



あたたかみのある新しいパンフレットが出来ました。

より多くの患者様に目にしていただき、多摩クリニックで行われている診療内容を、より丁寧に分かりやすく改訂いたしました。

クリニック内にも設置しておりますが、郵送のご希望がございましたら、多摩クリニック医療福祉相談室までお問い合わせくださいませ。

## 多摩クリニックの 感染対策



歯科衛生士による歯石を取る処置を行っている場面。

多摩クリニックでは、患者様が安心して診療に臨めるだけでなく、COVID-19に感染しない、感染させない取り組みを行っています。

また、PPEを正しく取り扱うだけでなく、診療室の面積を大きく取っており、換気も十分に行うことが出来ます。

## 栄養ワンポイントアドバイス



手早く混ぜる  
がポイント！

「とろみ」のワンポイントアドバイス「ダマになりにくい方法」伝授します！

- **ポイント1:とろみ付けはスピード勝負！**  
液体にとろみ調整食品（以下、とろみ剤）を入れたら即混ぜます。液体をスプーンでかき混ぜながら、とろみ剤を入れてもよいでしょう。
- **ポイント2:ぐるぐる混ぜない！**  
スプーンで左右前後に“切るように”混ぜます。ぐるぐる円を描くように混ぜると、コップの底で渦ができてしまい、その渦にとろみ剤がたまってしまいます。
- **ポイント3:ダイナミックに混ぜる！**  
コップが小さいとこぼさないようにしようとして、おしとやかに混ぜてしまいがちに。とろみ剤をいかにすばやく液体の中に散らすか、がダマになりにくいポイントです。

【こんな方法もあります】

◆準備するもの:シェーカーボトル、とろみ調整食品、液体(水・お茶・濃厚流動食品など)

- ① シェーカーボトルに液体を入れる。
- ② とろみ調整食品を必要量加えて、すばやくボトルのふたをして30秒ほど振り混ぜる。
- ③ 5分静置する(牛乳、濃厚流動食品などは15分程度)。
- ④ 再度振り混ぜる。
- ⑤ ボトルからコップなどに移しかえて飲む。

中身が残っているボトルはふたをして冷蔵庫で保管し、なるべく24時間以内にお召し上がりください。

### ①液体を入れる



### ②トロミ調整食品を加える



### ③素早く振り混ぜる



### ④5分静置する



## 介護ショップ『食のサポートステーション はつらつ』のご案内

株式会社ヘルシーネットワークとして初の介護食ショップ『食のサポートステーション はつらつ』についてご案内いたします。お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

### ◆『食のサポートステーション はつらつ』とは？

**300品以上取り揃えた介護食品のお店です！**

当ショップでは、やわらか食品・濃厚流動食品・水分補給ゼリー・とろみ調整食品・食具など「はつらつ食品」から厳選した商品を販売しております。

中でも、やわらか食品はやわらかさ別にレトルトからカップタイプまで約150品目を取り揃えております。手にとって商品を見る事ができますので、介護食の購入が初めての方でも安心してご利用いただけます。



### ◆取扱い商品(一例)◆

※2020年9月より『たんぱく質を控えたい方向け』食品の取扱い始めました。

やわらか食品

濃厚流動食品

水分補給ゼリー

とろみ調整食品と  
固形化補助食品

食具&口腔ケア

低たんぱく食品



※ショップで取扱いさせて頂いております商品・数量は限られておりますので、取扱い品目・数量の詳細につきましては、ご来店前にお気軽にお問合せください。

営業時間 10:00~12:30 / 13:30~17:00  
お問い合わせ先 042-514-8233

編集後記

大学を卒業し、就職した医療機関の理事長から患者様の【患】の字を思い浮かべてください。心の上に串が刺さっています。その串を太くし鋭くするのも、細く短く痛みを最小限にするもの医療者なのです。あなた方は患者様のその串を取ることは出来ませんが、その苦しさを共感し、可能な限り小さく、細く出来るよう日々何が出来るかを考えて業務をしてください。」と、新入職者に向けて頂いた言葉が今でも胸に残っている。

その言葉を大切にし、今でも私の日々の目標は誰よりも感じの良い人であることだ。

感じの良い人と出会うと、自然と自分の気持ちも高揚し、明るくなる。そのため、多くの人に明るく清々しい気分になっていただきたいのだ。

どんな治療でも楽なものはない。辛いこと、痛いこと、不安なことが付きまとうてくる。そんな医療機関に好んで来られる患者様はいないはずだからこそ、少しでも患者様の【串】を細く小さく出来るような支援が出来るように、これからも日々努力をしよう、これからの日々努力をしよう、と、今年も決意したのである。

### 日本歯科大学 口腔リハビリテーション多摩クリニック

- ・アクセス JR中央線 東小金井駅 南口 目の前
- ・連絡先 〒184-0011 東京都小金井市東町4-44-19  
Tel 042-316-6211 Fax 042-316-6212
- ・診療時間 午前9:30-12:00 午後13:00-17:00 (最終予約16:00) ※完全予約制

水曜日、日曜日、年末年始・創立記念日・祝祭日を除く

