



▲横浜(みなとみらい)の夜景と

趣味は「歩くこと」 100kmでも歩けます!

2022年のスタートとなる今回は、鈴木彰院長をご紹介します。1989年に当院を開業。「予防+治療型」の歯科医療を実践してきました。後進の育成にも熱心で、私も院長の「熱さ」に打たれて今ここにいます。

青木 院長はいつもスタッフの誰よりもイキイキ、キビキビしていますが、健康のためにしていることはありますか？

鈴木 月に40〜50万歩、歩くように心がけています。ざっくりと1日に1万歩以上と決めていて、休みの日に2〜5万歩を歩いて目標を達成します。

青木 5万歩というと、およそ40kmくらいですよ？意識して歩かないと到達できない距離ですが、おすすめのウォーキングコースはありますか？

鈴木 ヤビツ峠から宮ヶ瀬ダムまでの17kmくらいのコースや、箱根の仙石原から南足柄への「はこね金太郎ライン」こちらは15kmくらいです。約2時間半、森林浴をしながら歩くことができます。あと、昨秋「東京エクストリームウォーク」という、小田原城址公園からゴールの東京・築地まで、100km歩くイベントに参加しました。

青木 100kmですか！いったい何時間歩くのでしょうか？

鈴木 朝8時にスタートし、夜の12時過ぎまで、16時間37分でゴールしました。茅ヶ崎の柳島から江の島への海岸沿いは、海風が気持ちよかったです。

青木 患者さんにお渡ししているポストカードも、院長が各地で撮影した写真を使っています。

鈴木 道中、ふと心を奪われた景色を撮っています。自転車では47都道府県制覇したので、歩くことでも制覇しよう、と、チャレンジ中です。その県で20km以上歩いたら、カウントできる、というルールにしているのですが、現在28都道府県くぐっています。目標達成に向けて頑張ります！良い写真もお届けしたいですね。

47都道府県 すべて歩いてみたい



▲写真撮影中

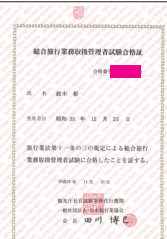
青木 今年はまずどこへ行きたいですか？

50作すべて観た「寅さん」 一番好きな作品は…

青木 寅さんの「男はつらいよ」シリーズが大好きで、全50作すべて観たと聞きまして、一番おすすめの作品はどれですか？

鈴木 1983年に公開された32作目の「口笛を吹く寅次郎」です。マドンナ役は竹下景子さん。備中高梁に墓参りに行くという話なのですが、非常に完成度が高く面白かった。寅さんの作品の中でも人気の作品です。寅さんなど、紀行といった要素が入っているものに引かれるようです。

青木 そういえば、旅行に関する国家資格をお持ちです。



▲「総合旅行業務取扱管理者」の資格

予防・メンテナンスで 歯、そして全身の 健康寿命を延ばす

青木 2022年の目標を教えてください。

鈴木 やはり、予防・メンテナンスで、さらにたくさんの方々の歯の健康寿命を延ばすことです。

青木 当院では、約30年前から、「予防」に力を入れているんです。

鈴木 大きく分けて、「中等度」に進行した歯周病やむし歯に対しての進行予防（保険内）と、「むし歯や歯周病にならないための口腔内全体の予防（自由診療）」を用意しています。例えば、前者には昨年取り入れた「歯周病安定期治療（SPT）」などが含まれます。これは、かつてしまった歯周病の進行を抑制するために、1〜3カ月に1度、該当の歯のメンテナンスをして、悪化しないように管理するものです。

青木 後者は「集中予防+メンテナンス」ですね。

鈴木 ケアしている人、していない人の違いは、抜けた歯の本数や、歯周病の進行本数に出ています。内臓や体力と同じく、歯も、何もしなければ加齢とともに悪くなりやす、すでにリスクを抱えている人は、より一層の注意が必要です。

青木 定期的なメンテナンスは、「治療のおまけ」ではなく実は、一生自分の歯で食べ続けるための「命綱」なんです。

鈴木 また、歯周病やむし歯の細菌が、全身の病気に影響していることが分かっています。新型コロナウイルス感染症も、歯周病の人は重



▲院長のポストカードコレクションはこちら

Interview

あの人に聞きたい!

このコーナーは『ベルスマイル通信』編集長・青木暢が、ベル歯科医院スタッフに根拠あり根拠ありインタビューするコーナーです。日常のあれこれから、患者さんへのメッセージ etc....、診察中には見られない一面も、お見せします!

ベル歯科NEWS

ベル歯科号登場

期間：2021年4月29日～5月8日まで

群馬県と栃木県を結ぶローカル線わたらせ渓谷鉄道で4月28日（水）～5月10日（月）に当院のヘッドマークを付けたベル歯科号が走りました。ベル歯科号をモチーフとしたフォトコンテストを開催し、多数のご応募を頂きました。受賞作品が医院のHPに掲載されていますので是非ご覧ください。



▲ベル歯科号結果



▲視察で写真を撮る院長



▲大賞受賞作品

開催
決定

2022年5月頃予定

湘南モノレールにてベル歯科号が再登場!?

昨年の反響により、今年もベル歯科号が走ります！ 今年なんと湘南モノレール（大船～湘南江ノ島）！ 今年もフォトコン開催予定！ ふるってご参加ください！



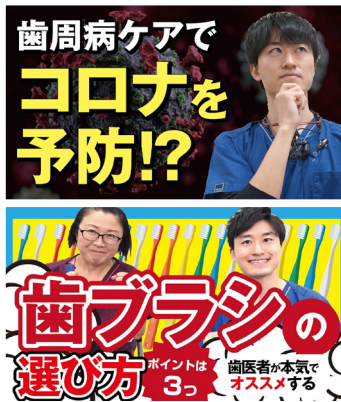
高柳歯科医師 YouTuberデビュー!?

2020年4月新型コロナウイルス感染症が拡大していきました。いわゆる第1波です。患者さんのコロナウイルスに対する不安な気持ちに寄り添い、動画からお伝え出来る手段を考え、スタッフ総出で動画を作成し、ベル歯科医院 YouTube チャンネルを開設しました。

当初は治療の説明や治療後の注意事項の動画だけでしたが、患者さんがもっと楽しめるように、高柳歯科医師がベル歯科医院の YouTuber となり自ら動画の作成を行うようになりました。視聴してくださった方からは『観ていて楽しい!』等多くの反響を頂いております。これからもご期待下さい!!



▲高柳先生動画
まとめ



井上伸明歯科技工士が表彰されました



井上伸明歯科技工士が歯科医療に35年従事したことを功績として、3月に神奈川県保健衛生表彰を受賞しました。『20歳から35年間歯科技工士に携われて良かったです。若い頃は歯科医師が気に入るように作っていましたが、今は患者さんに合ったものを歯科医師と相談し、作り終わったらおしまいではなく、その後のチェックも欠かせません。現代はコンピューターが進歩し機械でも作れてしまう時代です。取り残されないようにこれから先も歯科技工士を続けていきます』

ベル歯科川柳大賞開催!

期間：2021年10月25日～11月15日まで

みなさんは11月8日が何の日かご存じですか？

日本歯科医師会が1993年（平成5年）から11月8日「1（い）1（い）8（歯）」で歯の大切さを伝えるべく設定した「いい歯の日」です。

当院でも歯に対して関心を高めて頂く為に川柳コンテストを開催しました。通院中の患者さんだけでなく、全国から応募を頂き590句集まりました。予想以上の応募数で大変驚きました…！ぜひ皆様にも見ていただきたく、一部の句をHP、院内掲示等で発表しておりますのでご覧ください。



▲川柳結果

ベル歯科川柳大賞

歯磨きは人生までも輝かせ

よし徳さん（広島県）

美味しい食事、楽しい会話、眩しい笑顔…人生を彩る歯はお口の健康が握っていますね！ 日頃の歯磨きと定期通院で長く守っていきましょう！

いい歯の日ピッタリで賞

歯が抜けた孫は赤飯わしや悲劇

浜千鳥さん（奈良県）

抜けていいのは乳歯だけ。永久歯は抜けたら終わり。おいしいちゃんになって歯は大事にします。

青木編集長のいい歯賞

歯並びを褒められるたび親感謝

たまさん（栃木県）

むし歯・歯周病は予防できても、歯並びは親と歯の大きさ（遺伝）なので予防できません……。元々歯並びが良い、または小さい頃に歯列矯正をさせて貰ったとしたら、本当にあるはラッキーです！ 歯並びは必ず親への感謝のプレゼントですね。

ベル歯科医院院長特別賞

百めざす命のものは歯がはじめ

さくら海老さん（神奈川県）

人生100年時代！ あなたの100歳、是非ベル歯科医院にお手伝いさせて下さい！ ベル歯科医院にかられている患者様の最長齢は103歳です！

ベル歯科医院院長賞

ベル歯科は予防と治療の二刀流

まさーさん（神奈川県）

二刀流と言えば、大谷翔平選手が大活躍の2021年でした。ベル歯科も負けないう二刀流で、皆様に貢献していきます！



ベル歯科医院 Youtube

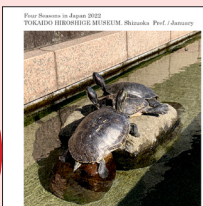


今月のオススメ

なぜベル歯科は予防中心なのか？ 2022年のベル歯科はどうなるのか？ 鈴木彰院長が新年の抱負をお伝えします！



1月のお知らせ



1月のポストカード

東海道広重美術館

旧東海道五十三次の蒲原宿と由比宿の間にある東海道広重美術館。五十三次の浮世絵で有名な歌川広重の作品を展示している。道路沿いの浅い溝では亀が日光浴していた。（静岡県 1月）

ベルマガ特典 現在の特典（1/5～1/31）

ボトルガム 1,000円（30円オトク）



1	January					
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2	February					
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

ベル歯科医院

☎046-234-0880

<https://www.bell-dental.com/>



新年あけましておめでとうございます。
新春号は特大サイズでお届けします。スタッフ皆での集合写真は毎年恒例です。全員が目を開けた写真はどうしても撮れませんでした。
粒ぞろいのベル歯科を、本年もよろしくお願いいたします。

20220101.4500

