

そよかぜだより

2011
3月号



そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



今すぐ使える症状別野菜利用法

★風邪をひいたら★

シヨウガ 発汗作用がひき始めの風邪に効きます。

ネギ 風邪で弱った体に強壮作用をもたらします。

(例) ネギみそ湯

鼻風邪、頭痛、解熱に効果的です。

《材料と作り方》

① ネギの白い部分は細かく刻む

② ①のネギと少量のみそを茶碗に入れ熱湯を入れる。

★せきや痰がでる★

カリン せき止めやせきその予防薬として重宝。

アンス 肺をうるおし、せきや痰を抑える効果があります。

(例) アンスの汁

アンスの種は杏仁と呼ばれる漢方の生薬にもなりせき止めの妙薬として用いられます。

《材料と作り方》

① アンスの種の中にある仁を10個とりだす。

② ①に水を少し混ぜすりつぶす。

★のどが痛い★

キンカン のどの痛みを抑える代表的な果実です。

ハチミツ のどへの痛みや疲労回復に効果があります。

(例) タイロン飴

タイロンのビタミンCと酸素がハチミツと合わせて、のどを炎症を和らげ、せき・痰を除きます。

《材料と作り方》

① タイロン(小) 四分の一を1cm角に切りびんに入れる。

② ①にハチミツ1〜2カップ注ぎ蓋をして、漬けておく。

③ タイロンが浮いてきたら、すくい取る。

テントールハイジーン2001年2月15日

三月になりましたが、暖かくなったり、寒くなったり天気が安定しませんね。さて、四月の一日より毎週金曜日のDr山本の診療は午前中のみとなります。毎週金曜日の午後は、Dr高鹿の診療となります。Dr景山は通常通り診療いたします。また、四月の一日より診療時間を変更になります。



	9:00~ 13:00	14:30~ 19:00
月	○	○
火	○	○
水	○	○
木	休	休
金	○	○
土	○	14:30~ 16:00
日	○	14:00~ 16:00

歯科充填用アクリル系レジン ボンドフィルSB



むし歯の治療の時の詰める材料として被せ物をくっつける材料としても使われる材料です。今までは、前途に使用される材料は分けられていたのですが、この製品は兼用で使われるようになりました。

歯科材料の更なる進化です。今後も新しい歯科材料についてもご紹介します。楽しみにしてください。

今月のスタッフ紹介 歯科医師 岩井 仁寿

こんにちは！
2月から土曜日の午後診療に参ります岩井仁寿(いわいひとし)と申します。
まだまだ未熟な歯科医師ですが、特に力を入れて取り組んでいるのが、審美修復と歯周病治療そして咬合です。経験の多さでは先輩先生方にはかないませんが熱い気持ちで治療しています。

ピンの診療着で明るくがんばってます。
どうぞ宜しくお願いいたします。



院長から

今月は入夏騒がれ、そよかぜだよりの発行が遅れましたことを深くお詫言わび申し上げます。また、震災をおおげになられた方々に一刻も早く復旧できるように心を願っております。また、この災害に伴い計画停電で患者さまの予約時間の変更をさせて頂いている件につきましてお詫言申し上げます。ご協力に感謝申し上げます。

今月の特集は、野菜の活用法です。また寒い季節です。身体の代謝や免疫力を高めるために是非活用ください。

冒頭でお伝えさせて頂きましたが、来月から当院は一部診療時間を変更させて頂きます。午前ならびに午後の診療時間を30分ずつ早めさせていただきます。これも受診されている患者さまからのご希望によるものです。1月に伴い、夜間終了時間が早くなりますが、お仕事帰りの学校帰りの方は土曜、日曜の診療は今までの通り行ないますのでご利用ください。

また、4月から診療用ユニットが一台、歯科医師も一人増えますので併せてお伝えさせて頂きます。今後とも地域歯科医療に少しでも貢献させていただく所存でございます。宜しくお願い申し上げます。