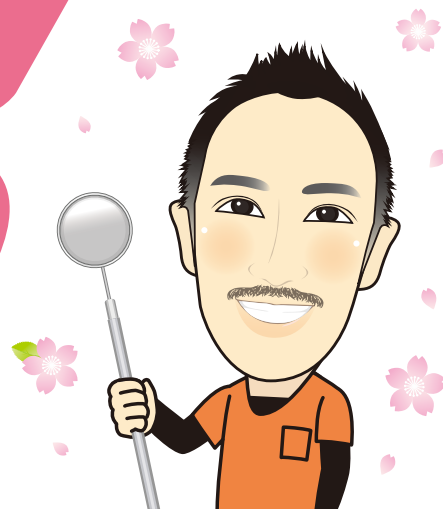


歯びねす通心

一生涯、自分の歯でおいしく食事を楽しめるように

2021
4.5.6月号
News Letter

家族みんなで通えるしんデンタルクリニック



しんデンタルクリニック

院長 舟橋 伸也

それは昨年12月のことでした。伏見のヒルトンホテルの近くを歩いていて、ふと目にした一軒のカレー屋さん。確か、以前にこの辺りを通った時に見た覚えがあります。何となく美味しくなさそうな感じがしていたお店でした。

しかし、なぜかその時は「入ってみよう」という気持ちになりました。一人だったし、丁度お腹も空いていたからかもしれません。もちろん、そんなに期待していたわけではありません。店内には食券販売機があります。まさかこんな名古屋でも一等地にあるお店で食券とは...。イヤな予感がしました。

さすがにここまで引き返すわけにもいかず、「名物カツカレー・860円」のボタンを押しました。数分後、カツカレーが目の前に置かれ、いざ実食。一口食べて「甘口なんだ」と、辛いものが得意ではない私がホッとした次の瞬間、味の変化に驚きました。甘いと思っていたのに、すぐに辛くなっていたのです！そして最後には「うっ、うまい！！」と思わず声が出そうになるくらいの変化です。隣に座っていた、見ず知らずの青年の肩をたたきながら「うまいねー！」と話しかけたくなる程の感動を覚えた次第です(実際は話していません)。

最初に感じていた、イヤな予感は完全に覆されています。久しぶりに美味しいもの見つけた！という満足感で一杯でした。

そして今では完全にこのカレーにはまっています。とはいえ、頻繁に食べに行くわけにいけないので、今流行りのUber Eatsで週に一回は配達してもらっています。先日、スタッフにこのカレー屋さんの話をしたところ、みんな食べてみたいということで、全員分Uber Eatsに注文しました。評価も上々で、今では出会う人みんなにこの感動を伝えています。



このお店の名は「日乃屋カレー」。名古屋市内には名古屋伏見店と赤塚店の2店舗あります。みなさんもぜひこの感動を味わってみてください！

2021年4・5・6月診療カレンダー

●休=休診日 ●矯=矯正診療日

4月 April

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

5月 May

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

6月 June

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

歯科衛生士 魚住 恵梨佳

コロナが終息したらやりたいことは、ディズニーに行くことです。夫婦共にディズニーが大好きで、多い時は月イチで行っていましたが！新しいエリアやアトラクションが出来たので早く行きたいです。



歯科衛生士 杉浦 瑞恵

コロナ終息後にしたいことは、旅行です。毎年ハロウィンの時期に家族でディズニーに行って、子供たちは仮装してパーク内をまわっていました。毎年何の仮装をするのか考えるのも楽しいので、早くまた行ける日がきてほしいです。



歯科衛生士 大崎 有紗

コロナが落ちついたら、マスクを外して友達と笑顔でお出かけしたり、おいしい物を食べたり、なかなか会えない仲良しの妹とディズニーに遊びに行きたいです。また、断念してしまった海外留学にもチャレンジしたいです。



歯科衛生士 本山 瑠衣

コロナが終息したらハワイで1ヶ月過ごしたいです。今までの自分の環境や生活がどれだけ恵まれていたのか日常に感謝しました。それと同時に私の生きがいは自然や色々な国に行って学ぶことなんだと感じたからです。



歯科助手 神田 紗希

コロナが終息したら、たくさん旅行に行きたいです。沖縄でキレイな海に入ったり、冬はあたたかい温泉に入りながら、ゆっくり過ごす旅行がしたいです。今のうちにお金を貯めておきます！早くコロナを気にせず旅行ができますように。



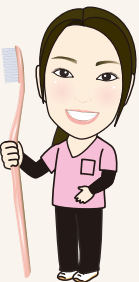
歯科助手 北川 有莉奈

できるかは分かりませんが、卒業旅行でヨーロッパ周遊を1ヶ月程したので、また同じように1ヶ月程ヨーロッパ周遊をしたいです。まだ営業しているか分かりませんが、何度も通ったご飯屋さんや、お買物をしたいです。



歯科助手 北川 佳枝

活動的な人間ではありませんが、やりたい事は沢山あります！！温泉行って、夢の国にも行って、ライブで騒いで、友達とランチに行き、実家に帰って家族と乾杯し、おばあちゃんのお墓参りに行き、コロナ終息を報告したいです。



歯科助手 小林 未希子

コロナが落ちついたらまず1番に旅行へ行きたいです。趣味が海外に行く事だったので、行けない今は終息後に行みたい国を調べたりして楽しんでいます。国内も好きなのでまずは沖縄に行って息抜きしたいなと思っています。



歯科助手 中畠 麻衣

私は、学生時代に友人と通っていたバンドのライブに行って会場近くの観光地を巡り、美味しいものを食べたり、写真を撮ったり…自由にできなかったことが沢山できるといいなと思っています！



歯科助手 向 真奈美

大好きな友達たちに会う事、最近友達の子供が産まれたので、愛しのベイビーにも会いたいです。それと海外旅行！色々な文化、歴史に触れられて良い人生経験になるからいいですね！美しい海を眺めながらモヒートが飲みたいです。



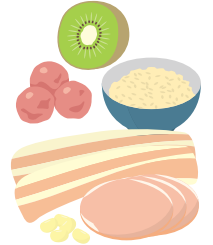
- 1 電車やバスのなかにあるかわはどんな「かわ」？
- 2 カンバンを右からよんでも左からよんでもわかるお店はなにやさん？
- 3 足をふんでも、頭をふんでも、おこらないものなーに？
- 4 うれしいときはよろこぶ。では転んだときにできるこぶは？
- 5 ひとがのって上にいたり下にいたりするハコはなーに？



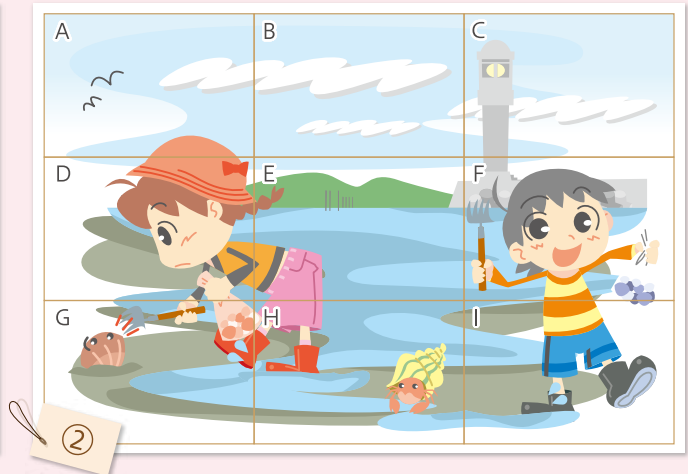
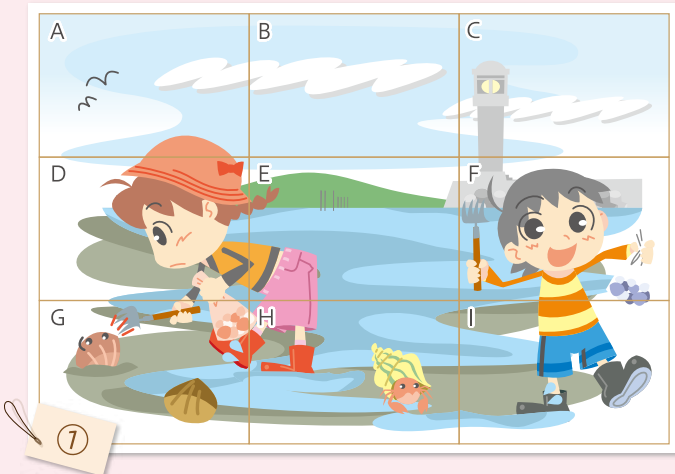
疲れやすい体質を改善する食べ物は？

疲れのもとになっているのは、筋肉に蓄積された乳酸です。これを、分解するのに有効な栄養素はビタミンB1です。またクエン酸も有効です。

ビタミンB1を豊富に含む豚肉や大豆類、クエン酸の豊富な柑橘系の果物や梅干しなどを積極的にとるよう心がけましょう。またビタミンB1には糖質の分解を助け、エネルギー源に変える働きも持っていますのでいっそう効果的です。



🔗 まちがい探しコーナー ①・②を比べると、まちがいが5つかくれているよ！わかるかな？



🍴🔪🔪 とても簡単！お料理レシピ 合いびき肉と大根のバターじょうゆ炒め

■ 材料（4人分） ササッとできておつまみにぴったり♪

合いびき肉	300g	しょうゆ	大さじ1
大根	10cm	バター	大さじ1
万能ねぎ	4本	塩	少々
サラダ油	大さじ1	削り節	5g

■ 作り方

- ①大根は厚さ3～4mmのいちょう切りにする。万能ねぎは長さ4cmに切る。
- ②フライパンにサラダ油を中火で熱し、ひき肉をポロポロになるまで炒め、大根も加えてしんなりするまでよく炒める。
- ③しょうゆ、バター、塩、万能ねぎを加えて混ぜ合わせる。器に盛り、削り節をかける。



1人分
248kcal

① 歯を失う原因は虫歯ではありません!

歯を失う原因の第1位は年代全体でみたらなんと歯周病!その割合は40%を越えています。また、年齢を重ねるごとに歯周病で歯を失っていて、40歳から急激に失う本数が増加していきます。65歳以降が減少傾向なのは、それまでに抜けてしまって、すでに歯が少なくなっているから。決して歯周病のリスクが下がったわけではありません。

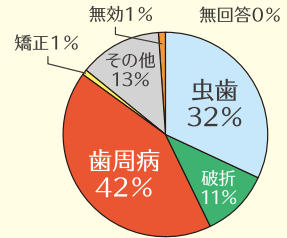
②どの歯が失いやすいの?

一番失いやすい歯は奥歯です。歯は前歯よりも奥歯の方が失いやすく、65～74歳では半数以上が、75～84歳では70%以上の方が奥歯(前から6番目、7番目の歯)を失っています。奥歯でしっかり噛めないと食生活がとてつらくなります。

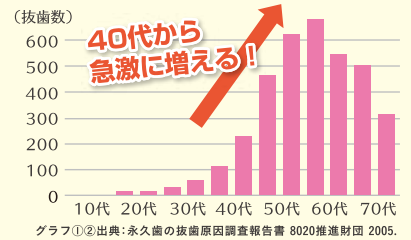
特に歯を失う原因第1位の歯周病は、成人の80%以上がかかっているといわれます。しかし、初期段階の自覚症状が少ないために自分でそうとは気づいていない「隠れ歯周病」の方がたくさんいます。

歯がぐらつくなどの明らかな症状が出た時にはすでにかなり進行した状態といえます。そうなる前に、30歳以上の方はまず一度、歯周病検査を受けていただくことを強くおすすめします。

グラフ① 抜歯の主要原因(全体)



グラフ② 歯周病による抜歯数(年齢階級別、実数)



スタッフ募集

歯科医師・歯科衛生士・歯科助手募集のご案内

しんデンタルクリニックで一緒に働きませんか?

患者様1人1人とじっくり向き合える職場です。経験やスキル、ブランクは不問。仕事に「やりがい」を感じたいあなた、ぜひご応募ください。求人情報の詳細は当院のホームページに掲載しております。

しんデンタルクリニック

検索



QRコードはこちらから▼



ご予約・お問い合わせ

052-551-2221

〒451-0041 愛知県名古屋市西区幅下1-13-18

- 診療時間 / 10:00~13:00・14:30~19:00
土曜日 / 10:00~13:00・14:30~18:00
- 休診日 / 木曜日・日曜日・祝日



- 診療内容 / 一般歯科・予防歯科・小児歯科・歯周病治療・インプラント・入れ歯・矯正歯科・審美歯科・ホワイトニング

<https://sidental.com>

しんデンタルクリニック

検索

◀HPもご覧くださいませ