



# 神宮前歯科クリニック の



JINGUMAE  
DENTAL CLINIC



## スマイル通信!!! Vol.56

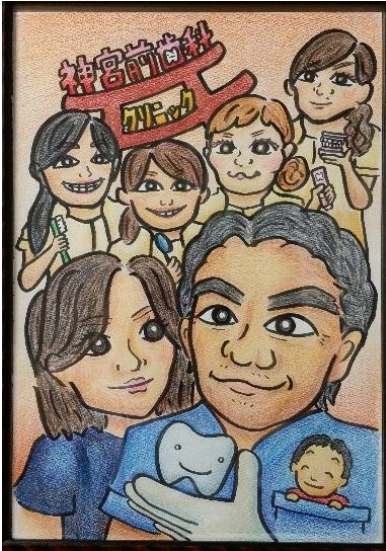


— 『いつでも今日がスタート』 —

住所 札幌市中央区宮ヶ丘1丁目2-1 電話 011-631-0010

<http://www.jingumae-dc.jp>

▶ご来院いただいている患者様は、お気付きかと思いますが、受付に私とスタッフの似顔絵を飾っています。これは、スタッフの藤井が書いたものです。プロ顔負けの出来栄ですよね。



今年、冷夏と予測していましたが、意外に暑い日々が続きますね。北海道の夏は短いといえども、ご心配の方は、熱中症には気をつけて下さいね。新陳代謝が上手く働かなくなるため、汗をかきにくくなるそうです。そうすると体の中に熱をため込んでしまい、熱中症の前兆なく、一気に気分が悪くなってしまうそうです。こまめに水分を取り、脱水防止です。気をつけて下さいね。今年、8月14日(木)～17日(日)でお盆休みをいただきます。ご不便おかけしますがご了承くださいませ。そして、8月18日(月)～10月17日(金)にかけ、マンションの建物外壁工事があります。クリニックは、通常通り診療いたしますが、ご来院いただく際に多少ご不便をお掛けすることと思います。駐車場の変更もございいますので、別紙にてご案内しております。何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

### ○ ● ○ スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは、衛生士の河野です。いよいよ夏本番ですね。私は、ビールが飲めないのですが・・・ビアガーデンに行こうと思っています。キャンプや海、ビアガーデンなどイベントが沢山あります。色々なイベントがたくさんあってワクワクしてしまいます。

つい先日、ずっと行きたいと思っていた「さくらんぼ狩り」に行ってきました。何種類ものさくらんぼがあり全部食べ放題でした。ここぞとばかりに食べつくしてきましたよ。

北海道の夏は短いので、休日は、思いっきり楽しみたいと思います。



### ◇ ◆ ◇ 耳より情報 ◆ ◆ ◆

こんにちは。衛生士の三浦です。今回は『歯と記憶力の関係』についてお話します。

食事を楽しむために歯は重要ですが、それだけではなく歯を失うと記憶力が低下すると言われていいます。その理由は、噛む力が減ると脳への血流が減り脳を活発にしにくいことや、噛みにくさから特定の食べ物を避けるようになりビタミン、たんぱく質の摂取量が減ることなどが言われています。アルツハイマー病の予防のためにもお口の中の環境を整えるのは大切なんです。いつまでも健康で元気な体で、おいしく食事を楽しめるよう今から一緒に頑張ってくださいませ！

### 《お盆休みのお知らせ》

8月14日(木)～8月17日(日) 休診

※ 8月18日(月)～10月17日(金) 建物の外壁修繕工事のため、患者様駐車場の変更を致します。ご不便おかけしますがご了承くださいませ。(別紙にてご案内)

### 今月の言葉

『思いの強さがあれば、あとは努力をするかしないかに尽きる。焦らずに「いつでも今日がスタート」と思って、またゼロから進んでいけばいい。』

三浦 雄一郎