

こんにちは
毎日厳しい寒さが続きますが、体調を崩したりしていませんか？



先日TVの番組で“口腔ケア”と“インフルエンザ”発症との関連について取り上げていましたが、ご覧になった方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

お口の中を専門家の手によってキレイにすることで、インフルエンザの発症率が格段と下がったという内容でした。

南林間マーガレット歯科クリニックでは、
PMTC (Professional Mechanical Tooth Cleaning)
＝ 専門家による機械的な歯の掃除
を積極的に推奨しています。

単に「むし歯」の治療だけでなく、「フェイシャルエステ」や「ボディエステ」で磨きをかけるように、『お口の中のエステ』という感覚で、PMTCでお口のケアをしてみませんか。

お口の中をキレイにしてインフルエンザに打ち克ち、寒い冬を元気で乗り切りましょう

先日南林間駅のホームから、じんちょうげが見えました。小さな花の芽がたくさんついていました。季節は少しずつですが動いていますね。春はもうすぐそこです。

とは言っても、寒い日もまだまだ続きそうですね。そんな時に、ちょっと温まる飲み物のご紹介です。

風邪の予防にも良いようですよ。フランスでは、“ヴァン・シヨー”と呼ばれていて、日本の玉子酒みたいな感覚で好んで飲まれています。



ホット・ワイン (ヴァン・シヨー)

材料

- 赤ワイン 1 カップ
- ハチミツ 小さじ 2 杯 (砂糖でもよい)
- クローブ、シナモン (この2つは好みで少々)
- レモンスライス

作り方

- ①赤ワインを鍋に入れてゆっくり暖める
- ②ハチミツ、クローブを入れてかき混ぜる
- ③沸騰させずに湯気が出るくらい温まったらシナモンをふりかけてレモンスライスを浮かべて出来上がり。



南林間 MINAMIRINKAN
MARGUERITE DENTAL CLINIC
マーガレット歯科クリニック

〒242-0006

神奈川県大和市南林間1-6-11 小田急マルシェ南林間2F
駅への階段途中入り口 から入って、カルチャーセンター奥

ニコニコ

TEL ; 046-278-2525 FAX : 046-278-2526