

皆さん、こんにちは

いよいよ春本番。花粉症の方にとってはまだ少し辛い時期は続きますが、厚いコートを脱いで暖かな季節を満喫したいですね。

《お口の健康のために》

新生活、本格的始動前に検診を

春は新しい生活が始まる時期ですね。進学・進級・新しい職場・・・。

新たなスタート時は心身共にリフレッシュし、清々しい気持ちで切りたいものです。

そこで、3～4月始め、いわゆる‘春休み’的な期間、新生活が本格的に始動する前の比較的時間がとりやすいこの時期に“歯の検診”を受けてみませんか？

「歯が痛い」「歯茎から血が出る」など気になる症状がある方はもちろんの事、特に何も症状がない方も今のお口の状態が把握できますし、虫歯や歯周病などの早期発見・予防が出来るので“大ごと”にならずに済みます。また、歯の着色（ステイン）や歯石（歯垢＝プラーク：ばい菌の集合体）を除去することでお口の中が清潔になり健康の維持・増益につながります。

歯磨き、食生活の指導なども必要に応じて行いますので、新たな生活の中に取り入れる習慣のひとつにしてみてもどうでしょうか。

とにかく「検診」は良い事一杯です。
ぜひお気軽に歯科医院をご活用ください。

今月のおすすめスポット

今回は、桜の名所のご案内です。

もう開花も間近ですので、ぜひ春をお楽しみください。

《鎌倉山の桜並木》



《寒川神社産道》



《湘南平》



今月のおすすめ情報

たけのこのバター炒め わさび醤油風味



材料(2～3人分)

*たけのご(ゆでたもの) 約200g

*バター 大さじ1

*しょうゆ 大さじ1 *おろしわさび 小さじ1程度 *みりん 小さじ1

作り方

1) たけのごを適当な大きさに切る。調味料を合わせておく。

2) フライパンにバターを入れて、火にかける。バターが溶けてふつふつしてきたら、たけのごを入れて炒める。

3) 全体にバターが絡んだら、1で合わせた調味料を回し入れて、ざっと炒める。

軽くしょうゆの焦げ目がついたら出来上がり。

※わさびは、加熱するとツンとした辛味が抜けて風味が残る感じです。

この時期になると食べたくなる旬な食材ですね。

当院のHPです。

<http://www.marguerite-dental.com/>

院長ブログ はじめました。
当院HPからバナーをクリックください。

かおるママ歯科医師の

ワクワク
子育て日記



南林間 MINAMIRINKAN
MARGUERITE DENTAL CLINIC

マーガレット歯科クリニック

南林間駅 西口から 駅への階段途中の入り口から入って、カルチャーセンター受付の先

ニコニコ

《小田急マルシェ駐車場利用できます(1h無料)》

TEL : 046-278-2525

<http://www.marguerite-dental.com/>

〒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