丸尾歯科からのありがとう通信

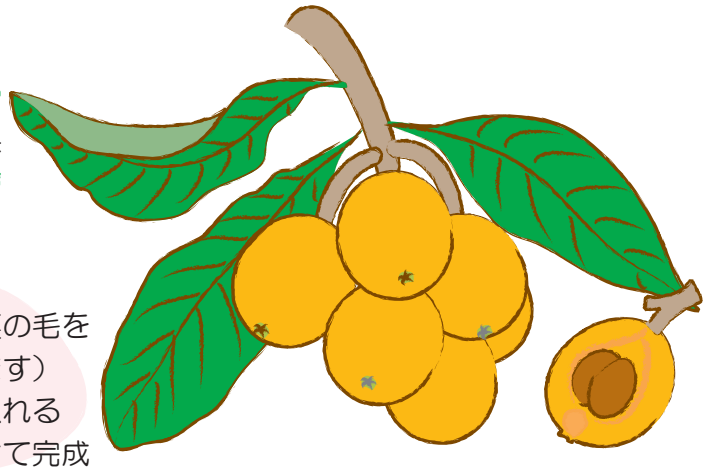
スマイルニュース

6
MAY 2016
vol.75

(裏)
フッ素が歯を
丈夫にするわけ。

びわ

昔から薬効があることが知られており、「医者の庭にはびわの樹が植えられている」という説があるほど。愛媛県でも生産が盛んに行われています！



葉を陰干しして、細かくしたものを煎じて飲むと、疲労回復や食欲増進、利尿に効果あり。入浴剤にすると、皮膚などのトラブルにも有効。

びわの葉風呂の作り方

①生の葉をよく洗う（葉の裏の毛をこすってきれいに落とします）
②葉を細かく刻んで布袋に入れる
③それを湯船にしばらく浸けて完成

種にこそ様々な症状を治す効能あり！ミネラル・ビタミン群が豊富。肝機能の改善や抗酸化作用、ガンに効くという説も。※びわの種には強い成分が入っているため、生のびわ種の摂取には注意が必要です。

びわ酒の作り方

びわの種をお好みのお酒またはホワイトリカー、氷砂糖につける。種がふやけるぐらいまでつけておくと美味しくなります。さわやかな夏の夜のお酒にいかが？

果実の９０%が水分で、ビタミンB群、りんご酸、クエン酸などを含み、カゼで咳が止まらないときや、熱があって喉が渇くときに生の実を食べると効果がある。カロチンの含有量は、くだものの中でもトップクラス！ビタミンCも含んでいて、ビタミンAとの相乗効果で、肌のお手入れにも有効。

選ぶポイント

きれいなオレンジ色で産毛がしっかりと残っていて、ヘタがしっかりしてぐにゃぐにゃとしていないもの。表面に傷や茶色くなった部分が無いものを選びましょう。

●丸尾歯科からのお知らせ

《６月の予定》
■1日(水)…学校歯科医と学校関係者の懇談会　全日空／院長
■9日(木)…顎顔面矯正フォローアップセミナー／院長
★毎週水曜日はスタッフミーティング

イベント

【雨の日サービス】
期間：６／1～29
雨の日に来院された方へ歯の再石灰化を促進する、「ポスカガム」を進呈！

★バックナンバーは丸尾歯科HPよりご覧頂けます。ホームページ　丸尾歯科　新着情報　検索

丸尾歯科
Maruo Dental Clinic

〒790-0951　松山市天山３丁目９-31
●ＴＥＬ　089-931-5551
●ＦＡＸ　089-931-5552
●e-mail　info@maruo-dentalclinic.jp

■ 診療科目
一般歯科／小児歯科／予防歯科／矯正歯科
歯周病治療／いびき・無呼吸治療／口臭治療
歯根破折の治療／インプラント／ホワイトニング

■6月の診療カレンダー

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

1日(水)～「サマータイム」スタート！

診療日
休診日

■ 診療時間：午前　8：00～13：00
サマータイム期間中！　午後 14：00～17：30
※水曜は14：30～
■ 休診日　：木曜、日･祝日
※祝日のある週の木曜は診療