



裏面：削って詰めた歯がしみる!!
「少し様子を見ましょう」…なぜ??

里芋 山で採れる芋を「山芋」というのに対し、人里で採れることから「里芋」と呼ばれるようになりました。秋から初冬にかけてが旬です。

愛媛のソウルフード「いもたき」へ行こう！

愛媛県の秋の風物詩と言えば「いもたき」。約350年前から続く秋の恒例行事で、毎秋、県内各地の河川敷で開催されています。「お籠もり(※)」と呼ばれる伝統行事でふるまう鍋に、各自が地元名産の里芋を持ち寄ったことがそもそもの始まりと言われています。※「お籠もり(おこもり)」神仏に祈願するため一定の期間、神社・仏寺にこもること。

大洲のいもたきの歴史
大洲では、春と秋の年二回「お籠もり」という住民が集まる行事があり、秋のお籠もりは、各農家が脛川の運んできた肥沃な土で育つ夏芋(里芋)を河原へ持ち寄り、脛川の鮎からとったダシで炊き、これを食べながら相談事を行う藩政時代から伝わる素朴な親睦和の風習を現代の皆様にも楽しんでいただくことと昭和四十年に観光行事化したものです。

大洲市観光協会HP引用 <http://www.oozukankou.jp/imotaki.html>

Q 里芋に含まれる病気を治す物質は？

- A. ムチン
- B. マンドリン
- C. チラミン
- D. ペプシン

里芋に含まれるムチンと呼ばれる物質が体内で解毒作用をする消化酵素として働くため、喘息・気管支炎・咳・痰によく効く効果がある。また老化やボケ防止、胃腸や肝臓も守ります。他にカリウムが多いので、ナトリウムを排泄し高血圧予防を発揮します。答 A

超簡単! 里芋の皮むきを 手早く&上手にする裏ワザ

レンジを使う

- ①泥を流水で洗い流す
- ②水を拭かずに皿に乗せ、軽くラップをかける
- ③600Wで5分ほど加熱
(大きい芋は半分切って、レンジによって調整)
- ④手で皮をむく



●丸尾歯科からのお知らせ

《10月の予定》

- 22日(日)…インプラントセミナー in 東京 / 尚伸先生
『LOCATOR OVERDENTURE IMPLANT (LODI) CONGRESS』
- ★毎週水曜日はスタッフミーティング

イベント Happy Halloween 2017

- 【期間】 10/17(火)～10/31(火)
- 【対象】 小学生以下
- 【内容】 「トリック・オア・トリート！」とスタッフに言えばキシリトール100%チョコレートをプレゼント!

★バックナンバーは丸尾歯科HPよりご覧頂けます。



〒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、口腔外科、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

10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	31				

■ 診療日
■ 休診日

診療時間：午前 8:00～13:00
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日

