

楽しく簡単 クッキング

10月31日はハロウィン！ということで、今回はカボチャを使ったレシピをご紹介します。ビタミンC、E、カロチンなどが豊富なカボチャは、細胞の老化防止や風邪の予防に加え、ガンの予防にも効果的とか。とっても簡単なので、ぜひ作ってみてくださいね☆

【材料】(4人分)

- ・カボチャ 1/4個
- ・牛乳 600CC
- ・コンソメスープの素 1個
- ・塩、コショウ

【手順】

- ① カボチャは種をとって一口大に切り、レンジで柔らかくなるまで加熱する。
 - ② ①のカボチャをフードプロセッサーにかけてペースト状にする。
 - ③ 鍋に②のカボチャとその他の材料を全て入れ火にかけ、塩コショウで味を調えて完成です！
- ※皮を取って調理すると、鮮やかなパンプキンイエローが楽しめます

カボチャのスープ



インプラント Q & A

Q：入れ歯、ブリッジ、インプラント。どの治療法が自分に合っているのかわかりません。

A：歯を失った場合の治療法は、入れ歯、ブリッジ、インプラントの主に3つですが、どの治療法が最適かは患者様のお口の状態（喪失歯の本数や場所）により変わってきますので、ぜひご相談下さい。

それぞれの治療法には、メリット、デメリットがあります。例えば、入れ歯の場合、歯がたくさん無くなった場合にも対応できますが手入れの必要がある、インプラントは固定式で違和感が少なく見た目も自然だが、外科手術が必要などです。「興味をお持ちの方は、お気軽にお声をかけて下さいね。」



あたまの体操

Q
A

「親の奥歯で噛む子は他人が前歯で噛む」、さて、このことわざの意味は？

- a. 親が可愛がりすぎて必要な時にしからない子は、他人からひどくしかれるはめになる。
- b. 敵意をいだきながら表面に出さないこと。
- c. 思うことを率直に言わないで、どこかにおもしろくない気持ちがひそんでいと感じられる状態。

◆正解は a（う〜んと可愛がっても、必要な時にはきちんとしかりましょう）

スタッフ紹介

毎月、1つのテーマをもとに当院のスタッフを紹介するコーナーです。今月はコレです！

「頑張っていること」

受付の浅利です



丸子歯科では最年長です。3人の子供ももう成人しており「ラッキー、ラッキー」と言って、プラスの波動を自分に送って、自分で自分の機嫌をとるように（笑）顔晴（ガンバ）っています。病も若さも気持ちからですものね！

歯科衛生士の日比野です



丸子歯科で働き始めて5年、最近では院長と共に審美と予防のセミナーに積極的に参加し、最新技術に取り組んでいます。常に前向きに笑顔でこれからもいろんな事にチャレンジしていきたいです！