

皆さん、こんにちは

新緑もまぶしい良い季節になってきましたね。

そろそろ新しい学校・クラスや職場にも慣れてきたのではないでしょか。

学校や職場では、新年度の歯科検診もされることでしょう。

お口の中に気をくばるきっかけになるとうれしいです。

お口の中がキレイになると気持ちいいものですものね。

《お子さんのむし歯予防》

ムシ歯予防に『キシリトール』！今では多くの人がその名前を知っていますね。『キシリトール』は、歯の汚れ（＝ブラーク）の活性化を抑えることが判っています。

毎日の歯磨きとともに上手に利用してみてはいかがでしょうか。‘ガム’が食べられる年齢のお子さんでしたら、‘ガム’が手軽ですが、まだ小さなお子様には、‘タブレット’タイプも市販されています

お子さんをむし歯にさせたくない！というママさん方、当院と二人三脚で楽しく「予防」を始めてみませんか。キッズルームもあります（右写真）。



5月のおすすめレシピ かつおのてこね寿司

材料（4人前）

かつお 400g

(A)

しょうが（おろす）1片・しょうゆ 60cc

酒 20cc・みりん 20cc

米 3合

寿司酢 90cc

みょうが 3個

青じその葉 8枚

作り方

(1) かつおは（A）に15分くらいつけておきます。

(2) 米は洗って炊き、寿司酢を混ぜて冷ましておきます。

(3) みょうが、青じその葉は千切りにして水にさらしておきます。

(4) かつお、ご飯、みょうがを混ぜ合わせ、残った調味料で味を

調節し、仕上げに青じその葉を散らします。



それは神の誕生日
何人が戸口にて誰かとささやく
復された宝石（くつがえ）のやうな朝
（なんびと）たれ

天氣

西脇 順三郎

綺麗な緑がまぶしいこんな季節は
こんな詩がにありますね。



南林間 MINAMIRINKAN
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

西口から駅への階段途中 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

TEL: 046-278-2525 小田急マルシェ駐車場利用できます（1h無料）