

## &lt; 2月の歳時記 &gt;

邪気を祓い厄を落とす 節分

もともと節分は、立春・立夏・立秋・立冬のそれぞれの前日をいい、年四回ありましたが、立春の前日だけを特にいうようになったのは、昔の暦で、年の変わり目の重要な日にあたっていたからです。平安時代の儀式で、鬼に向かって、三石三斗のいり豆を投げつけて追い払ったことから、豆まきをする風習が生まれたといわれています。



年の数だけ豆を食べる

節分には、ひいらぎの枝にいわしの頭を刺したものを軒先にかけることもあります。一種の魔よけのしるしです。そして一家の主人や子供が、外に向かって「鬼は外」、内に向かって「福は内」と大声で叫んで豆をまきます。まいた後、みんなでそれぞれの年の数だけ豆を食べ、一年の無病息災を祈ります。



裁縫の上達を祈願する 針供養

2月8日を裁縫の「事始め」、12月8日を「事納め」と呼び、この日に一年間使った針を、淡島神社に奉納する行事が針供養です。折れたり痛んだりした針を豆腐やこんにやくに刺し、お供え物をして針に感謝し、裁縫の上達を祈願しました。

女性から男性に愛の告白 バレンタインデー

この日は、ローマ司教であり、のちに愛の守護神として敬愛された聖バレンタインが殉教した日で、また、春に先駆け、小鳥が愛の歌を歌い始める日とされていたことと結びついて、「愛の日」といわれるようになりました。この日は、女性から男性に愛を告白する、という意味ばかりでなく、愛情をあらわす日なのですから、恋人同士に限らず、友人や家族に感謝の心を示す日にしたいものです。



\* クリニックからのお知らせ \*

2 / 27 (土)・3 / 10 (水)は休診させていただきます。

健口サポート外来の日曜日の予約は大変に混み合っていますので、当日キャンセルはご遠慮ください。またキャンセル待ちをご希望の方は受付にお申し出ください。

月初めには必ず保険証をご持参ください。

\* 編集後記 \*

空気清浄機は優れものですね。設置してから明らかに院内の空気が違います(爆)これからも感染予防と患者様に快適に診療を受けていただけるように環境に配慮したいと思っています。

TJ

あんさんぶる

いつも患者様と一緒に歩んでいきたいという思いをこめました。

2月

花粉飛んでますか～？

こんにちは、院長の阿部です。そろそろ花粉症の時期ですね。僕も10年ほど前から花粉症でして、この時期は、1年で1番嫌いな期間です。薬は必須です。



今月より、KC-80(シャープ製)という空気清浄機を2台おきました。花粉症対策でもあるのですが、インフルエンザなどのウイルス対策でもあります。スペックでは36畳用なのですが、その半分程度の広さで使う方が良さそうです。また、加湿機能もついてますのでいろいろとこの季節は便利です。

院内感染予防のために、こういう対策をたてるのも医療機関としては非常に重要なことですし、純粋に電化製品が好きで、新製品を物色する

のが、ストレス解消だったりもします。また新しいものを買ったらここで書くかもしれません。

一般の方は、知らないかと思いますが、6～7日は歯科医師国家試験の日でした。二日間にわたって、朝から晩まで試験を受けるわけです。歯科医師過剰の時代になって、この国家試験の合格率は年々下がっています。資格試験なのですが、合格点というのが決まっていないのがすごいことですね。お受験とよんでいる人もいるぐらいです。

自分もかなり苦労した記憶があります。地獄の日々をおくってきた学生の人たちも、今はゆっくりしていることでしょう。お疲れ様でしたと心から言いたいです。

〒272-0033

市川市市川南1-10-1ザタワーズウエスト107

TEL 047-702-8364

平日 10:00～13:00 15:00～20:00

土日祝日 9:00～13:00 14:30～18:00

<http://www.abe-shikaclinic.jp>

## あやびんのおすすめムービー

ディズニープリンセス登場のファンタジー映画です。

プリンセス ジゼルは歌が大好きでとても天然！王子様をずっと待ち

続けていた矢先、アニメの世界で王子様と巡り逢えた事で結婚をする事に

(´`)

ところが、結婚式当日に継母に騙されて井戸へ落とされてしまうのです。その先には現実の世界ニューヨークに着いてしまう。アニメと現実が交互に描かれて予想を超える作品だと思います。

オススメは舞踏会のシーンでジゼルと王子様(!?)がお互いがいけない事と知りながら互いに惹かれあっている気持ちに気付くシーン。楽しいはずが切なくなる

涙が出るかもしれません。それと同時にかかる音楽がとても素敵で最高の名場面だと思います。

映画に登場してくるリスがすごく個性的で賢く可愛いのでリスにも注目して下さい

仕事や家事で疲れたり上手いかない時に、癒されたい、勇気が欲しいのなら是非この映画を \ (^-^ ) /



## 岩脇チーフの食いしん坊レポート

\*\*\*God Mother\*\*\*

当クリニックから程近いところにも気になっていたお店があります。取材がてらランチに行きました。

看板をよく見ると何やら「ロールキャベツがおいしいな」の文字が！

(^O^)/

野菜大好きなので、ヨダレを抑えつつ店内へ。そこはバーカウンターがあり、夜も良さそうな雰囲気、女性のお客さんで混雑していました。

もちろん私はロールキャベツ(1300円)をいただきました。これがサッパリしたコンソメ味でとても美味しい！それにデザート類も頼ったが落ちそうでした。自家製プリンが懐かしい味で最高です。お母さん方がやっているアットホームなお店です。是非どうぞ。

市川市市川2-1-4 047-322-8803  
11:30~14:30、17:00~22:00(LO:21:00)  
(月曜定休)



## みーこのぶらり巡り

—IN福岡—

今回の行き先は関東を抜け出し飛行機で1時間30分・・・九州は『福岡』へ行ってきました。福岡といえば、ラーメン、屋台、もつ鍋などの名物を持つのはもちろん、海も近く開放感たっぷり、周辺には自然や温泉、または歴史的建物があったりと、魅力溢れる街です。

最初に向かった場所は、太宰府天満宮でお参り&参道散歩しました。参道の両側には、梅の焼印が押された名物梅ヶ



枝餅やお土産物屋が立ち並び、気になるお店を横目にまずは広大な境内を散策し歴史について触れ、そのあと本殿へ向かいお参り・・・お参り後は恒例の御神籤を引き今年の運を試してきました 帰り道、焼き立ての梅ヶ枝餅をいただき大満足な散策となりました。

せっかく博多に来たからにはトンコツスープに細い麺が特徴のラーメンや全国的にも有名なもつ鍋をいただきましたが、私としては同じく名物料理の水炊きが絶品でした！澄んだスープに骨付き鶏のダシが出てシンプルだけどコクのある味に感動しました。福岡は魅力的なスポット・グルメが盛りだくさんな街でした。

## 歯・ちょっとと豆知識

PMTCって何のこと？



今、巷では『PMTC』という言葉が市民権を得つつあります。歯周病の予防には、歯ブラシで歯と

歯肉の隙間を磨くことが一番！ということはおそらくご存知だと思います。しかし最近もう1つ歯周病や虫歯の予防に大変役に立つことがこの「PMTC」(Professional Mechanical Tooth Cleaning)だと言われるようになりました。

歯科医院の待合室やホームページでPMTCといった言葉をときどき目にすることはありませんか？

まるで歯のエステ？「PMTC」

使用するのはゴムやブラシなど柔らかい材質の物ばかり...「PMTC」を



簡単に説明すると、毎日の自分で行なう歯磨きで落ちない歯の汚れを専用機器を用いてきれいにクリーニングすることです。

毎日、知らず知らずのうちに磨き残してしまった部分や歯ブラシでは磨くことができない歯周ポケット(歯と歯肉の間のみぞ)内の歯の根の部分もキレイに磨き上げて汚れを取り除きます。心地よい範囲の刺激で行なわれます。