

なくビタミンEが豊富で血行を促進。抗酸化成分と酵素を含み体の働きを高めるそうです \ (^\_^) /

食べ方はいろいろですが、今回はただ切るだけ。熱々のトーストにのせてオリーブオイルと塩をかけて、いただきました！簡単だし、腹持ちもよくて朝食にぴったり。皆さんもためしてみてくださいね(^-^)/

### りさっちの流行最前線

イチオシ映画

#### 「アリス・イン・ワンダーランド」

ティム・バートン監督がルイス・キャロルの「不思議の国のアリス」を元にアリスの“その後の冒険”を描いたオリジナルストーリー。



原作では6歳のアリスがここでは19歳に成長したアリスが主人公。不思議な白ウサギを追い掛けて“ウサギ穴”に落ち地下世界(ワンダーランド)に迷い込んでしまいます。この世界の奇妙な住人たちは、なぜか皆アリスを知っていた。彼らにとって、アリスは伝説の救世主だということです。子供の頃にこの世界で冒険を繰り広げたことを忘れていたアリスは、元の世界に戻ろうとしますが、いつの間にか地下世界の運命を掛けた戦いに巻き込まれてしまい？！そ

こで繰り広げられる……。アリスは元の世界に戻れたかは、観てからのお楽しみって感じにしておきま〜す(笑)

映像魔術師ティム・バートンが3Dで描きだす、ワンダーランドの世界は自分が迷い込んだような未知の世界を体験しているかのよ〜な錯覚に なんと、なんとっ！！あの ジョニーデップがダンスをするシーンがあったりなど、見所満載 笑いあり、ハラハラ・ワクワクも味わえるので是非、映画館まで足を運んでみて下さいp(^\_^)q  
4月半ばから上映したので、まだ観ていなく興味ある方はお急ぎを〜

#### 今月の歳時記はお休みします。

#### \* クリニックからのお知らせ \*

6/5(土)・17(木)は休診させていただきます。

健口サポート外来の土・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 \*

春がなく、一気に夏のような陽気ですね。発熱など、急激な気温差にやられてしまっている方も多いようです。疲れを溜めないように気をつけましょう！ T.I

## 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



### 五月病って 熱も出るんですかね???

こんにちは、院長の阿部です。  
今月は、電化製品の話です。興味ない方はすっ飛ばしてください。

つい最近の新製品ですが、3DTVです。某大型電気店で見てきました。まず感想です。正直いらないかなあと。なんというか、昔の指人形劇を彷彿とさせるものでした。50インチのプラズマTVだったのですが、視聴距離が遠かったのかもしれませんが、テレビの外枠が目立ちすぎて、映像に集中できなかったです。



過去に3Dはいろいろみました。小学校時代に赤青のメガネかけてドラえもん映画をみたり、ディズニーランドでいえば、キャプテンEO、マイクロアドベンチャー、USJでも何個かのアトラクションで体験済みです。  
今回のTVですが、やはりそこまでの



体感はできそうもないかなと個人的には思っています。やはり、外枠を気にしないぐらいの大型でないと、3Dの臨場感はないのかもしれないです。というわけで、プロジェクターの開発を願っています。

ちなみに、3Dの映画も見てきましたが、メガネ所持者にはちょっとつらいです。メガネしてる人専用の3Dメガネもできてくれると、喜ぶ人は結構いると思うんですがね。後は、字幕ありの3D映画は見ずらいです。視点の変更で結構疲れます。と、マイナス面ばかり書いていますが、電化製品好きとしてはこの分野の発展には、大いに期待しています。

それではまた来月号で。

〒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

50回目のファースト・キス



ハワイの水族館で獣医師として働くヘンリーは一夜の恋を楽しむプレイボーイ。

ある日カフェでルーシーという女性と出会い、意気

投合するが、翌日会う彼女はヘンリーのことをすっかり忘れていた。実は彼女は交通事故の後遺症により、事故前日までの記憶は残っているが以後の記憶が一晩でリセットしてしまうという短期記憶喪失障害だった。父と弟は彼女がその事に気づかないように、彼女が事故にあった父親の誕生日での出来事を毎日同じように繰り返るように努力していた。

ヘンリーは毎日、初対面から始め、愛の告白をし続ける。二人は毎日恋に落ち、毎日ファースト・キスをする。ヘンリーにとっては23回目であろうが50回目であろうが、ルーシーにとってはファースト・キスなのである。

しかし、このままではルーシーの人生は失われたままであると考えたヘンリーは二人の出会いから現在までを描いたビデオを作成して彼女に見せたりと努力を開始する。けどこれをきっかけにルーシーが変わっていく。それが切ない気持ちの始まりともなる

意外にもロマティック・コメディですが真剣に見入ると思います。家族愛もあって心温まるので是非ご観賞下さい。

## 岩脇チーフの食いしん坊レポート

\*デュセ二村8\*



今回ご紹介するのは、ゆうゆうロードにあるカレーショップのデュセ二村8です。派手な看板で知っている方も多いと思います。一番惹かれたのは「ナン」食べ放題！（爆）それに嘘のように安いこと！

お味はというと絶品です。

しかもこちらのセットでも790円です。とてもお得で美味しいです。エキゾチックな店内と本場のコックさんの作るスパイシーなカレーを堪能したいならば是非こちらへ。



市川市新田4-8-17

土屋ビル2階

047-378-9998

10:00～16:00(ランチ)

17:00～翌4:00(ディナー)



## みーこのぶらり巡り

—IN南房総—

4月に入り、寒さがかなり和らいできたのもあり四季折々の花々や新鮮な海の幸誇るこの季節おすすめの観光スポット・・・今回は「千葉南房総」へ行ってきました。

東京からアクアラインを利用して1時間30ほどで到着。まず向かうは海の動物を楽しむ

観察できる水族館「鴨川シーワールド」へ主人公(みのり)が行って来ました。

海の王者シャチをはじめ、愛嬌たっぷりのイルカや笑うアシカ、アザラシなど可愛い動物達のパフォーマンスを見るだけではなく、記念写真を撮ったり楽しく触れあえる体験コースがあり、人気なコースはすぐ定員がいっぱいになってしまうので今回は残念ながら体験する事ができませんでした。次回行った時は、ぜひ体験したいと思います。

迫力満天のシャチのショーは見ごたえ十分でトレーナーとも息ぴったりで、ダイナミックなジャンプに何度も驚くばかりでした。



力強い姿にワクワクしたりかわいい姿に癒されたり素敵な時間を過ごせました

帰り道にいちご狩りの看板を見つけ、美味しくいただける季節も最後かなと思い甘い香りに誘われながら口いっぱいほおばってきました。心もお腹も大満足(^\_^)これから、ますます魅力的な季節になる南房総へぜひ行ってみてください。

## 知ちゃんの読書のすすめ

今月ご紹介する本は『漢方小説』です。何やら難しい内容かと思いきや、思わず笑ってしまう面白く、読んだ後には、ちょっぴり漢方を身近に感じる本です。ストーリーは

因不明の体調不良に悩まされ東洋医学の扉をたく事になるのですが…。みのりの漢方医への小さな片思い(最後のおちには失笑?)や働く女性の不安感・悩み・ストレスに共感しつつ「心と体のバランス」って大切なんだなあ実感！！負の回路で迷った時、こんな漢方医の先生に診てもらいたい、自分だけの処方箋がほしくなる(笑)！！漢方ならではの陰陽五行説も含まれていますが、全体の文章は非常に読みやすく、後味！？はスッキリ 軽めな読書をしたい気分におすすめな一冊です(^\_^)v



## ハナの健康 ヘルシーフード

スイーツやお菓子も大好きな私ではありますが、普段は健康食に気をつけるようにしていますp(^)q



でもまずかったり、面倒なものはストレスになるので、美味しくて、簡単なものしか結局長続きしません(笑)そんな私が注目した食材は、アボガドです！

アボガドにはオリーブオイルと同じ良質な油がたっぷり 肌がしっとり潤うだけで