

2021年7月20日

さらさら

Quality of your life 心も身体も心地よく
<http://www.saradent.com/>

加古歯科医院

〒478-0053 知多市清水ヶ丘 1-1801
tel(0562)33-4180
fax(0562)33-4188



『梅シロップ』

歯科衛生士 石本仁美

今年も暑い夏がやってきました。日差しは強く、気温は高く、外で動けば短時間でも汗が噴出しますね。我が家ではそんな暑い日の楽しみに梅ジュースがあります。

青梅にはクエン酸による疲労回復・美肌効果があり、何と云っても梅の爽やかな風味が最高です！佐布里小学校出身の私は、去年から梅シロップ作りを始めました。クラスの皆と作って以来、二〇年ぶりでも、レシピはしっかり頭の中に残っています。ヘタを取ったり爪楊枝で穴を開けたりと簡単な作業なので、机いっぱい青梅を広げ、子供たちと一緒に作ります。



糖分があるので、習慣的に飲むことは歯科衛生士としておすすめできませんが、夏の暑い日にはここぞ！という時に是非飲んでみていただきたい一杯です。



『海が好き！』

歯科助手 永井美帆

暑い日が続きますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。最近では三〇度を越す天気があります。

ですが、私は季節の中で一番夏が好きです。この時期になると毎週休みの日は海に行き、昼間はバーベキューなどをやって、夜になると少しづつ涼しくなってきた気持ちのいい気温になるので友達と話したりなど…

一日中いても飽きないくらい海が大好きです！

サーフィンをやってみたくも思っているのですが今年から挑戦したいです。大好きな海での趣味をたくさん増やしたいです！コロナが収まり、旅行が自由に行けるようになったら海が綺麗な沖縄や海外に行きたいです。

今年の夏もう飽きた！つてなるくらい海にたくさん行きたいと思えます！このご時世で出かけることも中々できないですが、少し息抜きに気持ちもリフレッシュするのでぜひ海へ行ってみてください！



『私の夏の過ごし方』

歯科助手 長谷川絵美

皆様いかがお過ごしですか？今回私の夏の過ごし方についてご紹介致します。毎年、親戚の人達と一泊二日の旅行に行くのが毎年の恒例です。特に印象的なのが、二年前に行った出雲の旅行でした。

まず一つ目に足立美術館です。窓枠で切り取られた庭園は大迫力のスケールで本当に圧巻で綺麗でした。春夏秋冬で全く違う景色になります。観賞に工夫があり、壁をくり抜きその向こう



に広がる庭園が生の掛軸に変わります。他にも亀鶴山から流れる高さ一五メートルの人口滝があります。二階は日本画や陶芸作品が沢山あり、普段観る機会が無いので楽しかったです。

一つ目は出雲大社です。縁結びの神大神主大神を祀る古社、天界の神天照大御神に国を譲った代わりに造ってもらった宮殿が出雲大社のはじまりと言われています。見所は神楽殿にある日本最大級の注連縄です。境内には様々な場所にパワースポットがあるので巡ってみるのも面白いと思います。参拝の後に、出雲で有名な出雲そばやぜんざいも食べてみてください。今はコロナでなかなか難しいですが、収束して機会がありましたら是非寄ってみてください。