Chu-lip
ちゅうりっぷ歯科 ニュースレター
News Letter
vol.1
2016.10 発行

今季のひとこと
Autumn

すっかり秋めいてきましたね。みなさんいかがお過ごしでしょうか。

今年はちゅうりっぷ歯科5周年の節目の年となりました。7月には医院増築完了、8月はスタッフ研修開始、9月には院内旅行と行事が多かった季節でした。

この度NEWSLETTERという形で私たちの活動や有益な情報など定期的に報告していこうと考えています。皆様にちゅうりっぷ歯科をより身近に感じられるものにしていきたいと思いますので、よろしくお願いします。

ちゅうりっぷ歯科院長 村上 知

contents 1
最新の“健康ネタ”教えちゃいます。

先日、有馬温泉に訪れました。その時の大浴場から見える景色、六甲山の素晴らしいこと。ぼーっと湯につかりながら遠くを眺めていると、「あーすごい目にいいな」と感じました。

現代社会、近距離でのスマートフォン、パソコンの長時間の使用。密集したビル、建物などなど。遠くを見て、近くを見てという調節機能をしないことが視力低下の一因と言われています。そんなある日、うちのマンション3Fからの景色が、ちょうど遠くの山々を望むいいスポットになっていることに気が付きました。ここ最近は、朝に電動歯ブラシをしている時間5分ほどを使いながら、遠くを見て、近くを見てを繰り返して視力回復させています。夜になるとでていた疲れ目が少し改善。よろしければお試しあれ。

contents 2
時事ネタオピニオン
もう1歩、もう1歩とご褒美につられて…

日常世界でGPS機能を使いながらのゲーム。外に出るとポケモンがいて、それらを捕まえていき、お互いのお気に入りポケモンを使ってバトルしたりできる。最初は面白さがよくわからないまま、それでも根気よく続けていると、楽しみ方がわかってきた。あまり出現しないレアなポケモンをゲットできるとうれしい。(最初はどれがレアかわからなかったが) ポケモン図鑑全種類をコンプリートしていく楽しみが大きい。(うちの子供も暇があれば図鑑ばかり見ている。) そのためにはレアポケモンがいる生息地にいって捕まえるのが1手。もう1手が歩くと卵が孵化する仕組みになっていて、10km歩くと孵化する卵からはレアなポケモンが出ることが多い。知り合いはこれにはまって20km平気で歩くそうだ。

ポケモンGOは単なるゲームにとどまらないようだ。要は有酸素運動だけならスポーツジムに入会する必要はない。歩いたらご褒美(レアポケモン) が出るかもしれないので平気で数キロ歩ける。みなさんのポケモン図鑑もまた見せてください(笑)。

9月現在の私の図鑑

contents 3

Book review

私が読んだ書籍や漫画、鑑賞した映画、購入した音楽などを紹介していくコーナー。
評価は★×5段階にしてあります。

「3月のライオン」著者／羽海野チカ

★★★★☆ 3月のライオン（漫画）

高校生プロ将棋棋士の話。登場人物も羽生をモチーフとしたような、天才棋士や怪童と呼ばれネフローゼ症候群で若くしてこの世を去った村山聖をモチーフとした、主人公のライバルなどキャラが立っている。絵が可愛く、読みやすい。3歳のモモちゃんは私のお気に入りだ。日常のストーリーが面白く、将棋がわからなくても勝負の緊張感は十分楽しめる。
10月8日からNHKでアニメ放送開始。映画化も2017年【前編】3月18日（土）【後編】。
最近の映画は2部構成が多いね。製作費、スタッフ等も抑えられそうだし、ある程度集客も見込める背景からなのだろう。

その一つが博多料亭「稚加榮」

活いか。新鮮で身が透き通って、レモンを絞ると踊ってくれる。刺身以外の頭、しっぽは残さず天ぷらにしてくれる。

Chikae

関アジはゴマダレでいただく。これもまた絶品。

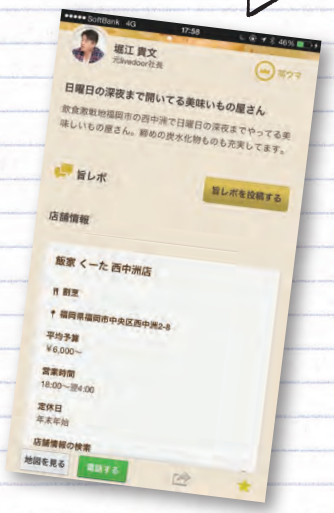
夜遅くまで騒いだ後小腹がすいて、もう1件。

contents 4

NEWS LETTERでしか言えない旅行ガイド

先日博多を訪れる機会がありました。博多の名物のひとつが玄界灘からの新鮮な魚介類。今回は訪れた店の中で、みなさんにぜひ行ってほしいお店を2つ紹介します。

博多編



いつもTERIYAKIグルメアプリでお店検索。朝4時までやっている「飯屋くーた」。だいたい深夜までやっているお店は味がいまいちだったり、かんたんな深夜メニューしかないところがほとんどだがこの店はちがう。

hanya kuta

“ウナギ”ごまかしのきかない白焼きで。これがめちゃうま。

金目の煮つけ。今まで食べた煮つけで一番おいしいと感じた至高の一品。

まとめ

「稚加榮」は観光客向け店舗ではあるが、活いかのおどりパフォーマンスなどは観光客にうれしい、しかも安定したおいしさ。
「くーた」は地元の食通が知る人ぞ知る店って感じ。内装も和シックな感じできれい。博多に訪れた際はよろしければぜひ一度いってみては。

ちゅうりっぷ歯科 Chu-lip Dental Clinic
〒700-0973 岡山市北区下中野717-104
TEL.086-241-2525　ホームページwww.chulip-dc.com

ちゅうりっぷ歯科はブログ、FACEBOOKも行っています。
いいね！ を押していただけると私たちの励みになります。