

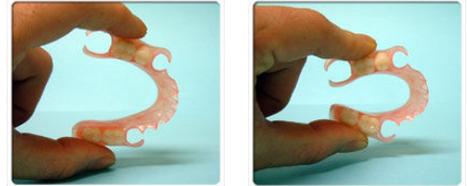
こんなこと出来ます!

パネの無い義歯作れます!

素材はプラスチック系ナイロン(超弾性樹脂)で半透明なため、歯ぐきの色を透過するので、色調は歯ぐきの色と同化しやすく義歯を入れているのが他人から気付かれにくくなります。

特徴

- 義歯を入れていることが分かりにくいので、審美性に優れています。
- 一体化のため適合が優れ、食べ物が入りにくくなります。
- プラスチックを薄く出来るので違和感が少なくなります。
- 金属を使用しないため、金属アレルギーの心配がありません。
- 従来の義歯に比べ非常に軽く、弾力性に優れ、力がかかっても割れたり折れたりしません。



\*費用など詳しいことはスタッフまで!



社説

【コムスン】  
介護保険料違法請求事件に思う

過日、コムスン(グットウィルグループ)の保険料の不正請求が明らかになり、介護医療業界に衝撃が走っている。連日、新聞・テレビで報道されている。厚生労働省の厳しい処分に対し各報道でもそれに追い討ちをかけるかのごとく、「ディスコを経営していた奴が何で介護なんだ。金が儲かることならなんでもやるのか。」「医療や介護では利益を追求してならない業種なのに、その中でコムスンだけが儲けようとするのが問題だ。介護は多くの現場の人たちがボランティア精神で、少ない費用の中でぎりぎりで行っている。」モーニングショーのコメントを聞いて時代錯誤もいい加減にしろと云いたい。

医療や介護も仕事の中の1種と考えてみたら、そこに従事する人たちは豊かな生活はしてはいけないのか。社会のため、多くの困っている人たちのために頑張って医療や介護に携わっている人たちは労働時間も長く、人の下の世話等、人が嫌がる仕事を進んでやってくれる人々であればある程、豊かな生活を送ってもらいたいと思うのは私だけでしょうか。

医療や介護は多くの人の犠牲的精神の上に成り立っている。利益が無ければ、当然仕事として成り立たず、従業員たちに経済的豊かさ、社会的豊かさ、精神的豊かさを十分に提供するために医療や介護に関わる法人が利益を追求することは大いに結構と思う。

しかし、組織ぐるみで不正請求をして過剰な利益を得て、そのトップが田園調布に330坪の豪邸を建てるなど、行き過ぎた利益追求はあってはならない。

どんな仕事でも、最も重要なことは社会に通用する理念を持つことであらう・・・。

医)木原会 理事長 木原和喜談

\*\*\*木原会倶楽部のお知らせ\*\*\*

木原会倶楽部が新しくなりました・・・。  
日頃より医)木原会をご愛顧していただいておりますお客様の期待に応える限定のクラブでございます。

—木原会倶楽部—

- 入会金・年会費 無料
- 会員対象者 予防メンテナンス受診のお客様
- 特典 会報誌のDM発送
- 健康フォーラムのご案内
- 全身の健康相談窓口
- 各種イベントのご案内

メンテナンスのご来院時には伝えきれない身体  
の健康情報や歯と全身の関係など担当医と  
スタッフを交えて楽しく過ごす内容で企画  
しております。

現在治療中の方は、是非、治療後はメンテナンス(予  
防プログラム)をご利用下さいませ。

\*詳細は各医院担当者までお尋ね下さいませ

# 新人紹介

\*平成19年度に入社いたしました新入社員のご紹介をいたします



新杉田医院  
スペシャリスト  
大石 修子



タックデンタルクリニック  
スペシャリスト  
黒田 真弓



東戸塚医院  
スペシャリスト  
酒井 一紅



東戸塚医院  
スペシャリスト  
倉持 佳代子



東戸塚医院  
技工士  
脇 謙太郎



新杉田医院  
技工士  
澤邊 太地

計6名のスタッフが新たな仲間として  
現スタッフと共に一生懸命頑張っ  
て参ります。  
皆様、どうぞ宜しくお願い申  
し上げます。

## 夏を元気にのりきる！

## ～水分補給のポイント～

朝晩がとても過ごしやすく、体を動かすのに最適な季節となりました。夏に向けてダイエットをしているという方も多いのではないのでしょうか。この時期は、日中の気温も上がり汗をたくさんかきますので、こまめに水分補給をしなければなりません。

- ◆ **喉が乾いた！**と思う時点で既に体内の水分は不足しています。運動前の30～60分前に300～500mlをゆっくりと、運動中も20分間隔など定期的に摂り200mlを何回かにわけて飲みましょう。
- ◆ 激しい運動をした後は単純な水だけ飲むと、胃から腸まで一気に届いて吸収されるため尿として水分を出してしまいます。スポーツドリンクは発汗により排出した水分や塩分の補給のためにミネラルやアミノ酸、クエン酸が配合され浸透圧も調整してあるため効率よく補給できます。しかし、運動量の少ない人には糖分やカロリーの多いものもあるので気をつけましょう。
- ◆ 右図のように飲料水として必要なのは1日約800～1300ml、汗をかいたと思うときは約1800ml必要です。ただし、腎機能や心機能に異常があり水分制限のある人は、医師の診断に従うように。
- ◆ 1日中エアコンの効いた部屋にいる人やあまり汗をかかず尿量の少ない人は、水分の摂りすぎで腎臓に負担がかかり体内の老廃物を処理しきれなくなるため体がむくんだり疲れやすくなる事があります。このような人は温かい飲みものを飲んだり量を調整しましょう。皆が1日1.5～2L飲んで体調が良くなるとは限りません。

1日の水分摂取量 (ml)		1日の水分排出量 (ml)	
飲料水	800～1300	尿	1000～1500
食物中の水分	1000	便	900
体内での代謝水	200	生理的に失う水分	100
合計	2000～2500	合計	2000～2500

## 手作りドリンクで疲労回復！ レモンスカッシュ

運動しクエン酸を摂ることで身体によくない酸性物質が分解され代謝活動は活発になります。また、体脂肪が多い人やハードなトレーニングをした人は血液の中に乳酸が溜まっています。レモンに含まれるクエン酸はこの乳酸を分解し疲労の蓄積を防ぐ作用があります。

\*炭酸水にレモン果汁（ポッカレモン100）、ハチミツ、ペパーミントを適量いれます。

