



**ご予約は「インターネット24時間予約受付システムが便利です!」**

- ①パソコンからは、ホームページ<http://www.dr-ueno.com> より予約ができます。
- ②携帯電話からは、左記QRコードを読み取り、お気に入り登録します。

①②いずれの方法でも、まず [info@dentamap.jp](mailto:info@dentamap.jp) のアドレスの**指定受信許可設定**を行わないと、こちらからの確認メールが届きませんので、予約が完了しません! 必ず**指定受信許可設定**を行ってから予約して下さい。



こんにちは、**院長の上野**です。まだまだ寒い日は続いていますが、如何お過ごしでしょうか?

インフルエンザ治療薬のタミフルでさえも効かない、インフルエンザが流行しています。この10年で最高の被害が出ており、まだまだ拡大する様相です。また罹患している人の殆どがワクチン接種者だったということは、私もワクチン接種者ですが、これも今となっては意味がなかったということなのではないでしょうか?? このようにウイルスがどんどん賢くなって、ワクチンや薬などに耐性の力をつけてきていますから、人間は常に進化し続けていかないと、漫然と同じことを繰り返してばかりでは、ついには滅びてしまいます。何でもそうですよね? 漫然と繰り返すのではなく、常に進化あるのみ! 今のところインフルエンザに罹らない最大の防御策は、人ごみに行かないことだそうですが、現実的にはそれは無理なので、外出から戻ったら、石鹸を使って流水化で30秒以上の手洗いとうがい必ず励行してください。それでは、皆さん、今月もイキイキと元気で過ごしましょう!

こんにちは! **宮寄**です(^o^)/寒い日が続いておりますが、皆さん 風邪など引かれていないでしょうか?さて、昨年からしつこくお伝えしている自分自身の「冷え」についてですがなんと!!少し改善されました(^\_^)vそれも、これも『冷え取り☆美人』という本購読のおかげです。元々 体温が低い上に冬場になると 冷えにより足首が痛み出すという なかなかの末期症状との自己判断のもと 脱!冷え症というわけで、本を読み始めたのですが これがまた 簡単な方法なんです!例えば 身体を暖める食べ物を多く採る そして、食べ物で内側から温めたら 今度は体温を失わないために服装に気を付ける!など、食べ物であれば根菜類、味噌などが良いとされ、私の場合は生姜と一味唐辛子を多く採るようにし、あとはカイロを貼る!!ポイントはずいぶん違う気がします(\*^\_^\*)冷えに悩まれている方は是非とも試してみてください(^o^)/



こんにちは **上妻**です! 次男の大学のバスケットボール部の全国大会(インカレ)の試合を観に東京の代々木の体育館に行ってきました。各地域のリーグ戦で勝ち上がった、関東13校・関西5校・九州3校・北海道2校・東北2校・北信越2校・東海2校・中国2校・四国1校の全32校での戦いになります! 息子の対戦相手は前年度の日本一の青山学院大学(>\_<) この試合に駆け付けてくれた息子達の友人達、そして私の友人や長男と彼女! そんななか大差で負ける試合を観せてもらい感動するやらホッとするやらでした(^\_^) 残りの時間は東京見物! 東京ミッドタウンや赤坂サカスそして丸ビルに行ってきました(^o^)/



こんにちは、**山田**です。寒い日が続きますが、風邪などひいていませんか? (^\_^) もう、お気づきの方もいらっしゃると思いますが、私のお腹、なかなか立派でしょう?(笑)現在、妊娠8ヶ月ですv(^\_^)v 院長に、スタッフに、患者さんにいろいろ気を使ってもらいながらお仕事させていただきましたが、いよいよ白衣が入らず... いえ(-\_-)出産に向けてウエノ歯科を退職することになりました!! 患者さん達との出会い、ウエノ歯科で学んだ事、すべて大事な思い出ですY(>\_<)Y今までありがとうございましたm(u\_u)m とは言っても2月もパートでちょこちょこ顔を出す予定なので、もうしばらくお付き合いの程よろしくお祈りします\(^\_^)/



こんにちは、**山下**です。年もあけ、早いもので1ヵ月が過ぎてしまいましたね! 先日香港・マカオに行ってきました! 親子そろって旅行好きの母と久しぶりに遠出してきました☆行く前はなんとなくですが、すごく田舎なイメージでしかありませんでした。行った後はやはり高層ビルの嵐! 香港は10年に1度くらい地震がある程度で、その地震も震度3程度なので高層ビルをどんどん建てれるそうです。夜になると世界三大夜景といわれるだけの素晴らしい夜景も見ることができました! いつもと少し違った休みを過ごすことができ、とても満喫することができました☆たまには女2人旅も良いものですね♪



**「それでもまだホワイトニングですか??」平成21年 2月の診療日のお知らせ**

他医院がやっているような「ホワイトニング」なんて、もう古い! これからは、「ホワイトブライティング」の時代です。黄ばんだ歯は、決して相手に、好印象などは与えませんし、アンチエイジングのためにも、「**白く輝く美しい歯**」を持つことは、絶対条件です。今後の主流となり、熊本では当院でしか受けられない「**歯のホワイトブライティング**」を是非お勧めします。

休診... ■ 午後休診... ■

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28



当院は、スポンサーとして、「ロアツ熊本」<http://roasso-k.com/>を応援しています。皆様も宜しくお願いいたします。

