

ま つ も と 新 聞

発行元
松本歯科医院

大阪府吹田市岸部北
2-1-24
千里ガーデンクリ ニッ
クビル2階

お知らせ

①予約のキャンセル・変更について

予約がとれず、12時19時で、1時間ほど待たれる方が、毎日おられます。予約をキャンセル・変更される場合は、12時19時でお待ちいただいております。御理解の程よろしく願います。

②吹田市健診

8月は、誕生月が7月8月の方が対象となっております。お早めにどうぞ

編集後記

大豆もやしだけ
でなく、しめじ・
まいたけ・エリン
ギも、けっこう食
べています。

自由研究

一部の方には、お話ししましたが、大豆もやしにハマっています。というわけで、今年の夏の自由研究は、「大豆もやし」についてです。

もやしとは植物名ではなく、芽し、萌しという意味で、主に穀類や豆類の種子を水に浸し、暗所で発芽、成長させたものだそうです。わたくしの好きな大豆もやしは、大豆を種子としましたもやしです。一般的なもやしは、緑豆を種子としています。

もやしには、美肌効果、ダイエット効果、コレステロール低減、糖尿病予防等いろいろな効果があるようです。(もやし生産者協会より)

なにより、味わいと食感がしつかりしていて、美味しいです。野菜炒めにも主役として使えます。ちくわとかはんぺんとかと炊いても良さそうです。

大豆もやし最高！

いつも松本歯科医院に御来院下さり、ありがとうございます。

今年もお盆をゆつくりと過ごそうと思っておりましたが、地震臨時情報が出ていたので、家の防災グッズの確認、お水確保、そして、地震前からのお米不足によるお米探し。と何かと気にしながら過ごした日々でした。

まだまだ残暑が厳しい毎日なので、皆様、お身体ご自愛下さいませ。

衛生士 森田育代

