

歯科治療から食育まで、10年先の健康を本気で考える歯科クリニック

今月の院長

開業してから、何も学ばず
にいと、どんどん取り残されて
しまいます。行くも行かずも
自分の決める事。もう考えなが
ら年間を通じて海外に出張！
ほとんど日帰りのような旅です
が、そんな中で、好きな景色を
撮るのが毎回の楽しみです。



そんな中でも大好きなのが
この一枚。水辺の家って
あこがれますご

また次の出張では、どんな
風景と出会えるでしょうか？

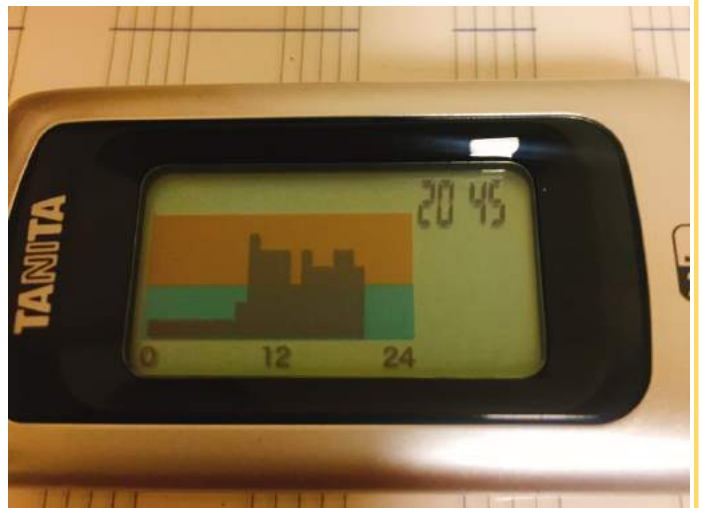
1日！どのくらい歩いていますか...よ

朝八時半から夜まで、医院内で
動いている私。いたい、1日「何歩」
歩くんだろう〜？素朴なギモンから
万歩計なうぬ。「活動量計」なるもの
を購入。(アマゾンで2,000円弱デジタ)
歩数の他に、1日の消費カロリー、キロ数
活動する時間帯が分かるスケレもの。
日常の「ちょこまかした運動」のカロリーが
分かるんです。

これは、あらかじめ設定時に、自分の歩幅
身長、体重など身体のデータを入力し
おくことで、毎日自動的にほじき出さ
れる仕組み。

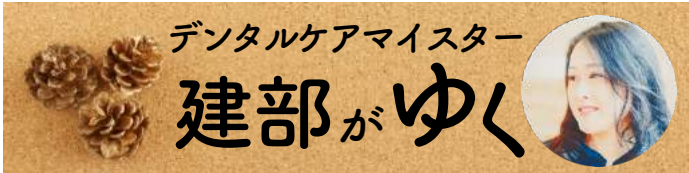


受付





3cm x 7cm の胸ポケットに入る
 小ささ。カワイイ～
 やはり、数字が「見える化」されると、
 ちょっとがんばってみようか... という
 気持ちになれそうです。
 好奇心から始めた「活動量計」
 小さな相棒として、毎日と
 見守ってくれています。
 初日(クイ)は、4920歩
 距離にして 2.350m
 カロリーは 1.754kcal 消費でした☆



Smile なは、たりはだあれ?
 6月26日(水)午後3時～新札幌に
 あるFMドラマシティラジオ「シベリア物語」
 にゲストでご出演して頂いたのは、当クリニック
 でおすすめているホワイトニングをアメリカから
 導入されたフィアーズ多希子さんです!
 ラジオでは、アメリカと日本の歯に対する意識
 の違いなどインタビュー。あっという間の楽
 しい60分でした。次回7/24(水)はテーマ
 「夏休み子どもを犯罪から守ろう」です。
 ぜひお聴き下さい。ネット配信もしています📺

読みやすい本。てどんな本?
 「犬の消えた日」井上こみち 📖
 読書の秋ではありませんが、私が読
 みやすいのはノンフィクションです。ポラリスア
 活動で紙芝居をやっている「氷の海を渡ってきた
 クロン」を書いた作者さんの本、太平洋戦争末期
 飼いの二頭のシパードが軍用犬として出征



保田 國裕
 フラン歯科クリニック院長。「それぞれの患者様に、オーダーメイド
 の治療計画をたて、10割の患者様を救う」という信念のもと、札幌市
 手稲区新築寒に「フラン歯科クリニック」を開院。趣味は木工と車い
 じり。ゼロから机をつくったり、車も全部分解してまた組み立てたり
 など、学会やセミナーの無い休日に楽しんでいる。

札幌市手稲区新築寒「完全予約制」の歯科医院
フラン歯科クリニック
 札幌市手稲区新築寒4条3丁目14-13
011-691-7777
 【受付】10:00-12:00/14:00-19:00
 【休診】水曜日・祝日・第1,3,5火曜日
 【診療】歯科、口腔外科、審美歯科、予防歯科