



ひろかみ

31号

appy ニュース

♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡
♡♡♡♡♡

オススメ

ホワイティング

みなさん こんにちはは新聞系の生方です☀️ だんだんと寒かった日々からポカポカ陽気の日へ変わってきましたね♡

さて!! 今回はひろかみ歯科医院で人気のホワイティングについて紹介します♡

ポリリン酸ホワイティングの
すごい所!!

その1 歯質を強化する可能性があります!!

その2 しみにくいです!!

その3 色もどりが少なく透明感を残します!!

回数を重ねれば重ねるほど白くなる ポリリン酸ホワイティング **お得なギフト**

5回で1回分プレゼント♡

できました♡♡

5回分 1回分 通常
¥63,000 + ¥12,600 = ¥75,600



が!!
¥63,000

ホワイティングしながら歯も強化できる

一石二鳥のホワイティングぜひお試しください♡

興味のある方はお近くのスタッフまでお声かけください♡

DH石原の

「イチオシマンガ」



衛生士の石原です！今、国民的大人気マンガ📖

「ワンピース」。私もハマっている1人です。65巻現在累計2億6000万部を突破する、知らない人はいないくらいの人気になっています！

海賊となった少年モンキー・D・ルフィを主人公とするひとつなぎの大秘宝(ワンピース)を巡るストーリー。夢への冒険、仲間との友情などが描かれ、毎回読む度に感動、号泣の嵐です！！一言では語れないほど深い良いお話なんです！！

ハマりすぎて最近ではワンピース関連のグッズやフィギュアなど集め出すほどです(笑)

写真のフィギュアはコツコツと集め、全種類集めました📦
ケースに入れ時々ニヤニヤしながら眺めているオタクな私です！！一度ぜひみなさんも読んでみて下さい😊



♡ 私のオススメ♡

こんにちは♡ 歯科衛生士の片貝です。

私は岩盤浴が好きで、前橋にある「七福の湯」に

よく行くのですが、そこで行われる「ロウリュウ」が私のオススメです😊

ロウリュウとは、高温の「七福炉」に多量のアロマ水をかけ、瞬時に蒸発させることで、強かな熱波を発生させるものです。

スタッフの方が、タオルを回したり、大きなうちわを押いたり、部屋全体がものすごく熱くなり、全身から大量の汗かれます！！

アロマによるリラックス効果があり、お肌もスバスバになり、

心も体も温まり、とってもスッキリします👩

みなさんもぜひ行って見て下さい🎵🎵



Dr.平田のハコトーク♡



皆さんこんにちは!! 函館には「函館バル街」なる美味しいイベントがあります。スペインの飲食文化を代表する「バル街」を再現して小皿料理のピンチョス(皿割らずに口を食べられるおつまみ)をつまみにお店をハジメするというので、今や日本全国で採用地珍しくもなくなりませんが、もともとこのイベントは「2004スペイン料理フォーラム in HAKODATE」の一環として函館の西部地区で一晩のバル街を!!と名づけられたものが最初。当初は一回りのイベントだったのですがまたやって〜!!という声が多く現在は年2回春・秋の恒例行事となっています。

参加者は3000円(600円の券が5枚つづり)を購入し約30店の飲食店の中から5店選んでチケット1枚でドリンク1杯と各店オススメのピンチョスをいただきます!!
僕はまだ参加した事がないですがぜひ一度行ってみたいと思っています。

このイベントに参加する為に函館に行くのもオススメですよ〜♪チャオ!



* * 院長オススメ シフォンケーキセミナー * *

シフォンケーキは楽しい?〜

皆さんこんにちは。先日行われた"kuu Cafe"久美さんのシフォンケーキの講習会のご紹介です。シフォンケーキは、ケーキ作りの中では比較的簡単なケーキで、大切なポイントを理解すれば、しっとりふわふわのおいしいケーキが焼き上がります。

今回はバレンタインを考え、スタッフに大人気のチョコバナナシフォンケーキを教えて頂きました。



- ① レシピの説明の後、久美さんの実演に入ります。ポイントは確信しなきゃダメです。
- ② バレンタイン用のデコレーションとラッピング。贈り物にもステキです。
- ③ 言式食はる種類豊富。素材により色々な味が楽しめるのも魅力です。興味のある方はスタッフまで♡

第6回

噛むかむクッキング



～ 菜の花のからしあえ ～

〈材料〉(2人分)

- ・菜の花… 200g
- ・溶きがらし… 小さじ1
- ・みりん… 小さじ1
- ・薄口しょうゆ… 大さじ1/2

{ エネルギー 44 kcal
塩分 0.6g }

〈作り方〉

- ① 菜の花は上から4cmのところを切る。
塩少々(材料外)を加えた熱湯でゆで、
冷水に取って水けを絞る。
- ② ボウルで溶きがらし、みりん、薄口しょうゆを
混ぜ合わせ、菜の花をあえる。

🐱 できあがり♡

新しいスタッフの紹介です♡



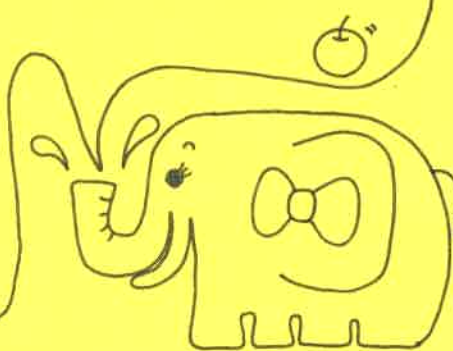
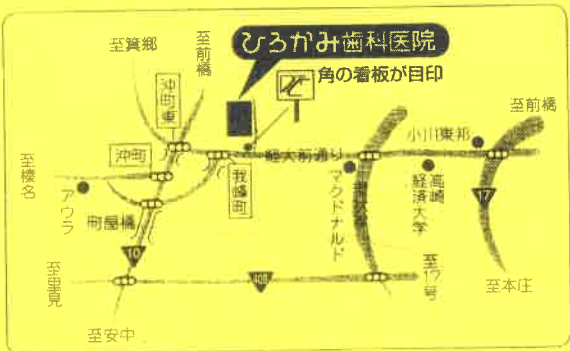
名前: 青木 南.

血液型: A.

趣味: DVD 鑑賞

ひとこと: 一生懸命がんばり

至りのでよろしくお願ひします!!

♡ 受付時間: 9:00~12:00 14:30~18:30 (予約制)

♡ 休診日: 木曜日・日曜日・祝祭日 (祝祭日がある週は木曜日診療)



〒370-0085
高崎市我峰町220-2
TEL 027-343-1777
FAX 027-343-1710