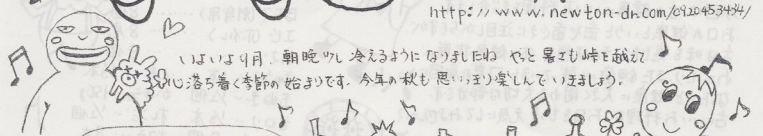


新聞 第十回 秋号 2006年9月発行

http://www.newton-dh.com/c92045344/



いよいよ9月、朝晩少し冷えるようになり秋の気配も感じられます。今年の秋も思いっきり楽しんでいきましょう。

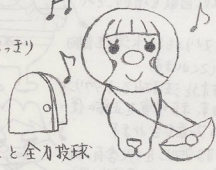
白田昌史の現場からの一言 「噛むことのちから」

日本人の食生活は、昭和30年代、東京オリンピックのころを境に大きく変わりました。現代の食生活は、美食・飽食といわれます。この50年間で歴史上、かつて経験したことが無い、急激な軟食化が進みました。

現代の若い世代はスリムな顎、細身の顔へ増えています。俗によく言われる「マニース顔」です。しかしこれは顎の未発達によるもので、噛まなくなると正常に発達しなかった結果です。これは、比較的近代の有名人の家系の中にも見えます。江戸幕府を築いた徳川家康の顔を皆見ると存じですか。角張ったエラ、張った頬、頑丈な顎です。その後の約270年間江戸幕府は安泰の時期を迎え、食生活も軟食の美食、飽食化をしていったと思われる。後期の15代慶喜に置いたは、スリムな顎、細身の顔へ変身するのです。

現代人は一回の食事で噛む回数数は700回くらいです。お食事時間も10数分です。卑弥呼の時代(邪生時代)は更に4000回、50分。戦前で1400回、20数分です。噛むことの効用を分かってよく噛むのが、「噛みこのはがよい〜せ」です。

- ① 肥満防止
- ② 味覚の発達
- ③ 言葉の発音をはっきり
- ④ 脳の発達
- ⑤ 歯の病気を予防
- ⑥ がん予防
- ⑦ 胃腸の働き
- ⑧ 全身の体力向上と全力投球



白田苗村のU・V・W

私たちがの医院では改設してから滅菌スリッパを置いてあります。24時間毎日滅菌しています。小エビ子俊さんはおもしろがる。スリッパを出さるボタンを押せばよし、押しはかして遊んだりしています。常に滅菌スリッパがけりす又返してかき取り掃除にてお願ひ。お帰りの時にスリッパを、スリッパ滅菌スリッパの上に置いてみて下さい。かちと楽しんで感動しますよ。 by 手塚

こんにちは 赤ちゃん

山田友美さんの長女 奏ちゃんです。

H18.4.8 AM 1:19に 2642g
元気な女の子が産まれました。
まわり子より少し小さいめではあるものの
早5ヶ月のうちに今ではまわり子と同じ
くらいの体型になりました。(笑)
うつぶせ寝が上手になり 毎朝
「キーキー」と奇声をあやしています

