

牛乳のたんぱく質は約4%でそのうち80%はカゼインです。消化液でこのたんぱく質を完全に分解できないのです。分解できなかったカゼインは異種たんぱく質として、体内に吸収されてアレルギーになったりします。吸収しきれなかったものは、他の食べ物とくっつき消化管にべっとりまといつき、宿便になります。腸管の通りをよくするためにオリーブ油がいいなんてTVでやっていましたが、どうなんでしょうね？やっぱすでに腸管にへばりついている物（ぶつ）に関してはさらに硬くなっちゃわないかなあ。【食養学入門】BL研究所本文要約

お知らせ



音波電動歯ブラシ MINIMO ミニモ

音波振動で、より効果的に歯の周りの溝の中の汚れをかき出してくれます。コンパクトなので外出先にも便利です。1050円とお値段もリーズナブルなので音波電動歯ブラシを初めて使用する方にお勧めです！振動数によってお値段が変わります。最近ではシステムからアシストブラシ（手動の歯ブラシをあくまでもアシストするだけですが）も発売されましたね！ご興味ある方はお気軽にお声かけくださいね♪*注意！バッテリー部分が冠水すると壊れます。だから安価なのかも～♪そこんところヨ・ロ・シ・ク♡ネ

本体 1,050円
替えブラシ(2本入り) 320円

スタッフからの一言

助手の阪本です。桜がきれいな季節になってきましたね。中板橋の石神井川沿いの桜がきれいで、毎年見に行っていますが、今年は子供が自転車に乗れるようになったので、光が丘公園の方へサイクリングに行こうと思っています。これからBBQやピクニックに最適の季節が来るのが楽しみです♪♫3/31中板橋石神井川通ったら8割咲ってかんじ～♪byM

4月の休診日は？

3(日) 10(日) 17(日) 25(月)
28(木)は勉強会の為、午前までの診療です。

4月の矯正の日は、15(金)夜、24(日)朝です。

まの歯科クリニック

〒173-0021
東京都板橋区弥生町27-13サンロイヤルハイツ1F