



appy ニュース

DH 心の書庫



みなさんこんにちは!! 新聞系の生方です!! だんだんと夏に近づいてきましたね!! さて、今回は夏の暑い季節にピッタリの下里見にあるジェラート屋さん『Albero』の紹介です!!

Alberoは自家農園にて心をこめて育てた旬の力ある果実や、野菜を中心に、素材の美味しさを存分に引き出したジェラートがあります♡

ジェラートの種類もほぼ毎日変わっていて、沢山ある種類の中から選ぶことができます!!

その季節によって置いてある種類が違っているので一年中楽しめるジェラート屋さんです!! そして、里見は梨の産地でも知られていて、Alberoの自家農園で育てた二十世紀梨のみを使った『梨ソーダ』もとても美味しいです!! 爽やかな梨本来の香りと甘み、酸味を堪能できるソーダは夏の暑い季節もスッキリ爽やかな気分にしてくれそうです♡ みなさんも是非行ってみたいですね!!

Albero

高崎市下里見町170-1

Tel 027-340-1235

営業時間 9:00~19:00

定休

不定休

行かれる前にはお店に

連絡してみてください

アクセス方法

車：高崎中心部より406号線を

榛名湖方面に向かって走り、

下里見の交差点で安中・板鼻方面に

曲がり、上がりきったところ左側に

Alberoがあります!!



ふかふか♡

Happy news♡

ひろかみ歯科の診療台が新しくなりました!!

6月から

診療室と予防センターのイスが新しくなり、ふかふかシートになりました!! スタッフが実際に座ってみて選んだイスです☆ 座り心地もとてもよくリラックスして治療を受ける事ができると思います。予防センターはクリーニングの途中思わずうたに寝てしまうほどです!! これからもひろかみ歯科をよろしくお願いいたします



# 美容・健康の サポートに 『紅酢 ホニョ』



こんにちは 衛生士の松本です。私が最近 好んで 飲み続けている『紅酢(ホニョ)』についてご紹介します。ホニョとは、 ざくろで作られた発酵酢のことで 韓国女優も愛用しているという話題の 飲み酢です。食物繊維やオリゴ糖が含まれているため 便秘解消 効果に加え、お酢が 疲労回復も助けたり、脂肪燃焼効果も あるので ダイエットも期待できるのです！ ざくろには エストロゲンが 含まれており、女性ホルモンの働きをしてくれて 髪やお肌もキレイに 保つことが できるので 女性にも嬉しい効果がたくさんあります。 ホニョは 酸っぱすぎず アセロラドリンクのように さっぱり 飲めるので これからの 暑い時期に オススメです!! 私も美ボディ目指して 頑張ります!!

<飲み方>

ホニョ : お水 (他にはソーダや牛乳はビ) 3~5 の割合で割る

☆スーパーのお酢コーナーなどで お買い求めできます

## 静岡の旅♡ (DH片貝)

みなさん、こんにちは!! 今日私は 静岡に旅行に行った時の事をお言いたいと思います♪ ます初めに、世界文化遺産に登録された「三保の松原」です。

松林の間から見える海! そして天気が良いと富士山も見える景色ポイントです♡

私が行った時は雲が少しかかっている富士山は残念ながら見られなかったので、またリベンジしたいです!

次に「浜名湖オルゴールミュージアム」です。

浜名湖からロープウェイで登った所にあります。

100年程前のアンティークオルゴールや自動演奏ピアノなどがたくさんあり、演奏会も聞くことができます♪ 屋上からは浜名湖が一望できます。

オルゴールの演奏を間近に聞くことができ、とても迫力がありません!

最後に「中田島砂丘」です。

一面砂で、その先には海!!

夕方に行ったので、夕日がとてもキレイで感動的でした♡

静岡に行った際は、ぜひ行ってみたい。☺



# 安政遠足 侍マラソン

こんにちは!! 衛生士の大塚です。5月11日(日)に安中市で開催された「安政遠足 侍マラソン」を観戦しました。実は私の家の前を通るんです。

毎年、5月の第2日曜日に開催される行事で、「遠足」と書いて「とおあし」と読みます。遠足の歴史は古く、江戸時代(西暦1855年)に当時の安中藩主「板倉勝明(いばりかあきら)公が藩士の金銭金庫のため、碓氷山峠の熊野権現まで7里余りの中山道を徒歩競走をさせ、その着順を記録させたことがはじまりで、日本のマラソンの発祥です。

このマラソンの特徴は、仮装して参加できる事で、半数以上の方が何らかの仮装をして参加しています。それを楽しみに多くの方が観戦しています。マラソンの名前の通り、侍の仮装の方も多いのですが、その年の流行や話題になっているものも多く、今年はおんまちゃんやふなっしーが多かったり、富岡製糸場の建物のモチーフの方もいました。毎年とても楽しめるので、ぜひ来年、観戦してみてください!! もらろんランナーとして参加するのも楽しいと思います。



祝

## 富岡製糸場 世界遺産 登録 報告!!

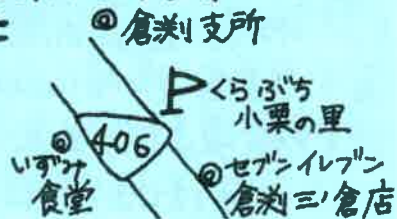
皆さま こんにちは! 受付の小栗です。今回は私の地元である富岡市にある、富岡製糸場の世界遺産登録報告が発表されたので、少し掘り下げてみたいと思います!

まず富岡製糸場とは、明治政府が日本の近代化のために最初に設置した模範器械製糸場です。富岡の地が選ばれた理由は、生糸の原料の繭や広い土地、火燃料の石炭が確保できることや既存の用水を使うことができること、地元の人たちの同意が得られたことなどです。私も実際に中に入り解説をして頂いたことがあります。教科書やホームページに載っていること以外の詳しい話を聞くことができました。ぜひ皆さまも一度足を運んでみてはいかがでしょうか?



# ＊倉判のイトコロ＊

皆さん こんにちは！今回は倉判の新しい観光スポットの道の駅をご紹介します。今年の4月に、高崎市で初めての道の駅が倉判にできました。販売店舗では倉判産の新鮮な野菜やお米を買える事ができ、食堂では旬の食材を活かした郷土料理を食べる事ができます。倉判にお立ち寄りの際は「くらぶち小栗の里」で休ませてはいかがでしょうか？😊



## ひろかみ 歯七-News

## 新しいスタッフの紹介



### 今井 里佳 (歯科衛生士)

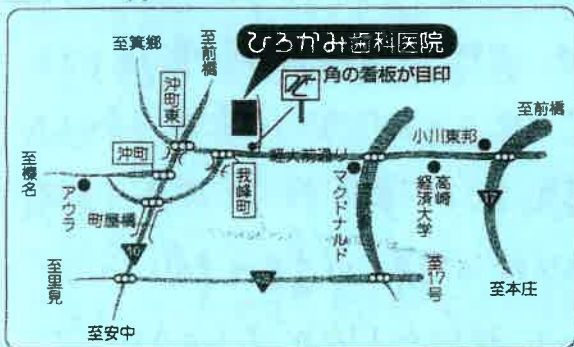
生年月日：平成5年2月9日  
血液型：O型

趣味：スノーボード、旅行に行く  
一言：「患者さんに信頼されるような歯科衛生士を目指して頑張っています！と思っておりますので、これからもよろしくお願い致します！」

### 羽鳥 静佳 (受付)

生年月日：平成3年8月12日  
血液型：AB型  
趣味：愛用の一眼レフで写真撮影

一言：明るい笑顔で来院された方をお迎えます😊  
ふつつがものではありますが、よろしくお願ひ致します！



♡ 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