



発行日 H29.10.1

こんにちは赤ちゃん

育児休暇中の受付 中山です！
この度、8月24日に第二子を無事出産しました！
4030g、54cmのとっても大きな男児です☆
家族が増え、にぎやかでバタバタ楽しい毎日を過ご
しています♪一年間お休みさせていただきます☆
よろしくお祈りします！



かみかみ マイコの歯っぴ〜掲示板



口内炎の種類について

1. 再発することも多い「アフト性口内炎」

特徴と原因

もと一般的な口内炎です。白っぽい円形にくぼんだ潰瘍が一度に1個〜数個できるのが特徴で、繰り返し発生するケースがあります。(再発性アフト性口内炎) 体調不良や体力低下、疲労、暴飲暴食、ストレスなどがおもな原因といわれています。

症 状

食べ物などがしみて、強い痛みを感じます。通常、1〜2週間で自然に完治しますが、なかなか治らない場合は他の病気が原因の可能性もありますので医師に相談して下さい。



今日は「イルカの回」について紹介します！！



歯の本数は種類によって異なる
バンドウイルカ:約80本
カマイルカ:約120本



エサの魚は丸飲み！
すり潰すための平らな歯はなく、
全て尖っている！
歯の生え変わりもない



舌にはヒダのような突起がある！
突起を使い、舌をストローのように丸めて母乳を飲む。
成長すると目立たなくなる

☆プチ情報☆

イルカとクジラの違いをご存知でしょうか？
4mを超えるとクジラ、それより小さいものがイルカと分類されるそうです！



漁師の娘の良歯ごはん



10月は「ブリ」料理の紹介です

ブリはサラマヤサバ以上に脂肪がたっぷり、EPAやDHAも豊富に含まれています。EPAは血液中のコレステロールを低下させ血液の流れを良くする働きがあるため、高血圧予防、動脈硬化予防、骨粗鬆症予防の効果があります。

〈ブリの照り焼き〉

☆材料 (2人分)

- ・ブリの切り身 ...2切れ ☆砂糖 ...小さじ1
- ・ごま油 ...適量 ☆醤油 ...小さじ2
- ・塩 ...少々 ☆みりん ...小さじ2
- ☆日本酒(料理酒) ...小さじ1

1. ブリの切り身の表裏に塩を振りかけ、10分置きます。
待てる間に ☆の調味料をすべて混ぜ合わせます。
 2. 1のブリの水気をキッチンペーパーで拭き取ります。
フライパンにごま油をひき、温めたらブリを焼きます。
 3. 両面色が変わったら(こんがり焼く必要はありません)フライパンに残った油をキッチンペーパーで拭き取ります。
 4. 1で作った ☆の調味料を入れ、ブリの照りが出るまで煮詰めます。途中ブリを崩さないように返し、照りがついてから完食です。
- ※ごま油をよく取ると臭いのもとがなくなりやすくなります。ごま油を使うことで魚臭さをとるポイントの一つです。