



**ご予約は「インターネット24時間予約受付システム」が便利ですよ！**

- ①パソコンからは、ホームページ<http://www.dr-ueno.com> より予約ができます。
- ②携帯電話からは、左記QRコードを読み取り、お気に入り登録します。

①②いずれの方法でも、まず **system@dentamap.jp** を **指定受信許可に設定**しないと、こちらからの確認メールが届きませんので、予約が完了しません！必ず **指定受信許可設定** を行ってから予約して下さい。

皆さん、こんにちは！ **院長の上野**です。お元気ですか？ 私は…実は1月末にギックリ腰(2日程度で治る軽いタイプは今までも何度か経験済みでしたが、こんな酷いのは初経験でした…)をしてから復帰までに3週間くらいは苦しんでいたでしょうか… まったくお恥ずかしい限りです。やっぱ歳ですね…ていうか完全なる運動不足です。ちょうどその頃、熊本城マラソンを観ていて、知った方が何人も挑戦して完走する姿に、もちろん今の私には到底出来ないことなのでえらく感銘を受けました。みんなカッコ良かった！ んでもって、「これじゃいかん！俺も何かせねば！」…ということで、ようやく始動し始めました。せっかく神様が気づきを与えてくれたんだから…いつかはフルマラソンにも挑戦してみたいなあ～その時に恥ずかしくないように地道にガンバローっと!? だから近場でウロチョロしているのを見掛けても冷やかさないでネ！ さーて、今月もイキイキと元気に頑張りましょう！ 感謝感謝！！

こんにちは**上妻**です(^o^)/ 大阪の続きをお話させていただきます。次の日は大阪ステーションシティとグランフロント大阪でショッピングです(^o^) ずいぶん前の大阪駅周辺はホームレスの人が沢山見られましたが…すっかり様変わりして近代的なビルが立ち並びお洒落なショップが一杯でした(^o^) それと今回どうしても行きたかった北欧デンマーク・コペンハーゲン発祥の人気雑貨店“タイガーコペンハーゲン”で沢山の雑貨を買う事が出来、満足出来る大阪の旅でした(\*´▽`)/

こんにちは**船崎**です(^o^)/ 先日親子4人でカーリング体験教室に行きました(\*^^\*) テレビで見るとハードなスポーツではないように感じてたので軽い気持ちで行ったんですが、見るとやるとでは大違い(^-;; 氷上を靴で歩くだけでも大変で ストーンを投げる時の姿勢の低さ ストーンの前をブラシで擦る時の腕の動き 柔軟性と体力がかなり必要なスポーツでした(≧▽≦) たった1時間でしたが身体中がミシミシと…>.<… 今回の体験でカーリングがハードで奥深いスポーツである事がわかり 今後は今まで以上にカーリングを見るのが楽しみです♪(´▽`)

こんにちは**倉岡**です(\*^^\*) 先日、お休みの日に皆が出掛けてしまい1人で何しようかと思ひ、数日前から食べたかったお稲荷さんを作ろうと朝早くから買い物に行き、どうせ作るなら両方の母や姉妹にも食べさせたいと、大量に買い込みはまって作りました！ レシピ通りに人生2度目の美味しいお稲荷さんで大満足で早速みんなに届けに行きました！ 主人が帰ってきて自信満々で食べてもらおうと、酔がきいてないね！の一言で終了… 撃沈しました。私も一応、褒められて伸びるタイプなんですけどー(´\_`)/ その後、子供達が美味しいと食べてくれたので、もおそれで満足です(\*^\_^\*)

こんにちは、**江藤**です(^▽^) 前々から興味があってパワースポット巡りをしに宮崎へ行きましたo(^o^)o まず大御神社では“さざれ石”が祀られ、さざれ石とは長い年月をかけて小石が粘土や砂などと混じり大きな岩になったもの。どこかで聞いたことあるような..と書いていたらこの時期、歌う方もいるのでは!?国歌である“君が代”でした。歌詞に“さざれ石の巖となりて…”実物をお目にかかることができて光栄でしたね。また高千穂神社では樹齢8百年の杉の木がありまして天にも届きそうで圧巻でした。また2本の杉に根元が1つになっている夫婦杉。この廻りを手を繋いで3周廻ると夫婦友人仲睦まじく、家内安全で子孫は繁栄の願いが叶うということで、廻りましたよ(≧▽≦)パワーアップできたかな!? さてお昼は宮崎牛のすき焼きが食べ放題(\*^\_^\*)ウツシッシッ～ さらには名物のチキン南蛮、サラダには日向夏のドレッシングでさっぱりした味が珍しくてお土産にゲットo(^o^)o、蛤(はまぐり)めしや具汁に焼き物まで。とっても美味しかったです。さらにパワーアップ!? さっ今日も1日頑張るぞ～!

平成 27年 3月の診療日

休診… ■ 午後休診… ■

他医院で1年間に施術されるホワイトニングの患者さんの数を1ヶ月でクリアするほど患者さんに愛される理由は、今までと比較して数倍も、色・艶が格段にアップし、痛みがないことに尽きると思います。当院オンリーワンの「**歯のホワイトブライティング**」を是非お勧めします。黄ばんだ歯なんて、NGです。相手への好印象や、アンチエイジングのためには、「**白く輝く美しい艶のある歯**」が絶対条件ということは周知の事実です!! 皆さんも是非、当院の**ホワイトブライティング**を!! 26年5月12日より更にバージョンアップしました!!



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				