

風通信H27年12月号

神戸市灘区六甲台町5-31カルム六甲1F
むらまつ歯科医院 (078-871-4180)

<師走です>

街にはクリスマスソングが流れ、子ども達はサンタさんをお願いするプレゼントをあれこれ考え、お父さんお母さんはどこで調達するか検討し…すっかり世間は師走ですね！今年是比较的暖かい冬のような気がするのですが、寒さは厳しくなるのでしょうか？むらまつ歯科は12月28日の午前中まで診療しております。年明けは1月5日から診療となっております。よろしく願いいたします。

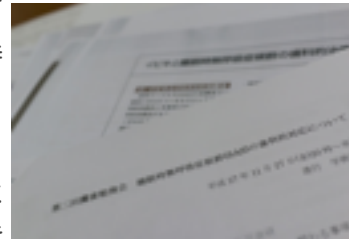


最近注目されている”睡眠時無呼吸症候群”…睡眠時に呼吸停止または低呼吸になる病気で、様々な弊害が報告されています。呼吸器科からの紹介で、マウスピースを作成する事があるのですが、閉塞性睡眠時無呼吸症候群には有効な装置です。閉塞性睡眠時無呼吸症候群は、上気道の閉塞によるもので、肥満者は非肥満者の三倍以上のリスク

<睡眠時無呼吸症候群>

があると言われて

あります。睡眠時にいびきをかく、いびきが止まり、大きな呼吸とともに再びいびきをかきはじめる、呼吸が止まる、呼吸が乱れる、息苦しさを覚える、何度も目が覚める、寝汗をかく…また起きている時に強烈に眠気を感じるような症状があれば、一度呼吸器科を受診してみてください。



<堀江散策>

ダウンタウンの浜ちゃんとロンブーの淳のコンビがなかなか面白いMBSの深夜番組”ごぶごぶ”で先週楽しそうに堀江散策をしていたのを観て、連休にちょっと行ってきました(^-^実は堀江には何回か行ってみようと思って心齋橋あたりまでは出向いた事があるのですが、下調べ不足でいつも迷ってしまって…



(笑) 今回はとりあえずごぶごぶで紹介されていたセレクトショップとパン屋さんとオレンジストリートに目的を絞って下調べもしてみました！

昼前に地下鉄四ツ橋駅に降り立ったのですが、出口を出たら目の前にはオールドシトロエンが…オシャレだなあ～堀江らしいオシャレランチもピックアップしていたのですが「お腹すいた～～」とグズグズモードのチビだったので、目の前の星乃珈琲へ…三宮にもありますが、堀江店はちょっとゴージャスな雰囲気です



(笑) チビの帽子を買ったり、番組で紹介されていたパン屋さんで焼きたてクリームパンを買ったり、お洒落な雑貨を見て回ったり…「関西の代官山」と言われているとかいないとあって話でしたが、まあ代官山に匹敵するかどうかは別としてお洒落で面白いお店がたくさんあります。もともと家具屋さんが多い場所だったので、ウイン



ドウショッピングも楽しいですね！公園も併設しているので、子連れでも楽しい堀江でした♪