



よつばだより

ましきクリニック

〒861-2233 熊本県上益城郡益城町惣領1308-3
TEL.096(287)8733 / FAX.096(289)2095



ホームページ



LINE



Instagram



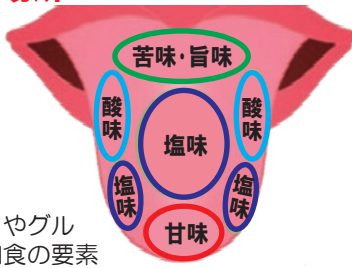
食欲の秋を 楽しむための味覚のほなし

秋になり食べ物の美味しい季節となりました。今回は味覚についての豆知識をご紹介します。

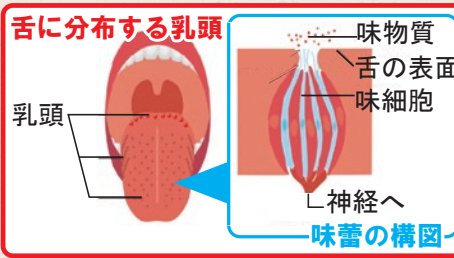
味覚は主に5種類あり、個人差はありますが感じやすい味覚が舌の場所により異なります。

5種の味覚を感知する舌の場所

- 塩味：ナトリウムを感知
- 甘味：糖質を感知
- 苦味：毒物などを感知
(コーヒー、お茶など)
- 酸味：腐ったものを感知
- 旨味：アミノ酸を感知
イノシン酸(カツオ節)やグルタミン酸(昆布)など和食の要素



舌の表面には小さな突起が無数にあり、その中に味を感じる「味蕾」というつぼみ状の細胞の塊が、約1万个存在します。食べ物が口に入ると味蕾が味の信号を出し、他にも匂いや色形などの総合的な情報が脳で処理され、味覚として認識されます。味蕾は新陳代謝が3~7日程度と早い上にダメージを受けやすく、新型コロナウイルスの初発症状でも注目されました。舌表面の異常だけでなく、脳神経や脳の病気、ストレスなどが原因でも味覚は低下します。また亜鉛や鉄不足でも味覚障害が起こりやすいため、気になる方には血液検査をおすすめしています。



10/2~ インフルエンザ 予防接種開始しました

10月2日からインフルエンザの予防接種を開始しました。予約制ではありませんので、診療時間内に直接ご来院ください。混雑緩和のため予診票の事前記入をお願いしております。当院ホームページからダウンロードするか、受付でもお渡ししております。

ワクチンは本数に限りがあり、診療時間内であってもやむを得ず中止する場合があります。

受付は診療時間内(土曜日のみ11時~)

- ☑ 保険証(+受給者証)を忘れずに!
- ☑ 18歳以下の方は保護者同伴の上、母子手帳が必要です
- ☑ 予防接種と通常の診察を同時に行うことはできません
- ☑ 益城町在住
 - 65歳以上・・・1000円
 - 中学生以下・・・2000円
 - (※13歳未満は2週間空けて2回接種)
- ☑ その他(益城町以外含む)
 - ・・・3500円

*インフルエンザ予防接種の最新状況はホームページのお知らせをご覧ください。

好評! ママ塾の担当講師紹介

楽♪育コンサルタント 原朋子先生(Create・F代表)



原朋子先生

看護師の経験を基に、子どもの自然な発達を促す身体調和支援を展開しています。

病気にならない子どもの育成に力を入れる当院でも、第1、3水曜日に赤ちゃん和妈妈を対象にした「楽♪育ママ塾♡」を担当し、すすくと育つ上で不可欠な呼吸、食事、姿勢、運動などを指導。これまでに延べ80組の親子が参加しました。

また毎週水曜日10~12時はミニ子育て相談も実施中です。待合室で先生の顔を見つけたら、子育ての不安やお悩みなどお気軽にご相談ください。

詳しくはママ塾専用ページをご覧ください→

