No.17 2023.January

ODC Forward

伝統と革新 ー 知る、見る、感じる

《ODC編集部おすすめの宿》
大阪(梅田)から車で約30分!
『伏尾温泉 不死王閣』

《特別企画》
令和4年度「支部対抗懇親ゴルフ大会」

《the INSURANCE》
組合員向け『保険選びのミカタ』ウェブサイトのご案内

《学術04》
医科・歯科・介護連携時代の保険で「噛める総義歯」つくり

《ODCタイムスリップ》
大学時代のあの場所へ 第四回 ～ 愛知学院大学歯学部 ～

《健康考》
ヨガの呼吸法を取り入れ、表情筋を鍛えるエクササイズ「顔ヨガ」

《旬の食材》
商売繁盛と無病息災を願い、福を巻き込む
「恵方巻き」

大阪府歯科医師協同組合
Osaka Dentist Cooperative

大阪府歯科医師協同組合ホームページの
会員登録はお済みですか?!

ウェブ会員に登録すると、会員限定の様々な情報をご覧いただけます。

ODC提携企業をチェックして特典を活用!

ゴルフや卓球大会、その他新着情報はこちらから

ウェブ会員登録はこちらから

Check!!
毎日チェックしてお得情報を見逃さない!

携帯電話からも手軽にチェックできます!

ホームページからプレゼントの応募ができたり、
「歯科商品情報」や「ホームページ限定プレゼント」が突如掲載されることも!
まずは「ウェブ会員登録」から始めてみませんか?!

今すぐ検索を!

大阪府歯科医師協同組合　検索　二次元バーコードはこちら

Contents

01	シエリアタワー大阪堀江	34	Miele(グローブ心斎橋ショールーム)
02	ODCホームページの会員登録はお済みですか?	35・36	令和4年度 支部対抗懇親ゴルフ大会
03・04	おすすめの宿「伏尾温泉 不死王閣」	37	近畿歯科用品商協同組合
05	組合員向け『保険選びのミカタ』ウェブサイトのご案内(ワールドインシュアランスエージェンシー)	38	大阪府歯科技工士会
		39・40	自分を守る、みんなを守る栄養療法 Vol.10
06〜10	学術04 医科・歯科・介護連携時代の保険で「噛める総義歯」つくり(最終回)	41・42	ソムリエ 藤原 桂がお伝えする「日本酒の魅力」
		43	第12回 歴史コラム「最後の晩餐 徳川家康編」
11・12	ベネフィット・ワン	44	コスモデザイン企画
13〜15	第14回 大阪府歯科医師国民健康保険組合	45	旬の食材Vol.3「恵方巻き」
16	健康診断・人間ドックのご案内	46	三菱電機システムサービス
17	プレミスト京都五条	47	大学時代のあの場所へ 第四回「愛知学院大学 歯学部編」
18〜20	茶の湯のはなし 最終回「精神的な茶の湯」		
21	SIC	48	Brillia 夙川高塚町
22	コンフォート	49・50	Brillia Tower 箕面船場 TOP OF THE HILL
23	「歯科緊急薬剤常備ネットワーク」のご案内	51・52	ランドローバー(新型レンジローバースポーツ)
24〜26	健康考「顔ヨガ」	53	グルメガイド第17回「anu(アニュ)」
27・28	ボルボ	54	株式会社 遊
29〜32	Let's play GOLF!「ミスショットの克服〜ダフリ編〜」	裏表紙	BMW
33	第9回 ライジングレディースカップ2023		

シエリアタワー大阪堀江　先着順申込受付中

エリア最高層×最大級※4	大林組独自の超高層制振構造システム	4線5駅利用可能
地上46階・500戸	「デュアル・フレーム・システム®(DFS)」	5駅全駅が徒歩4分以内

※掲載の外観完成完成予想イメージは、計画中の図面を基に描き起こしたもので、施工上の都合または行政官庁の指導などにより、外観、外構、仕上、形状、植栽などを変更する場合があります。また周辺の建物等一部省略しており、実際とは異なります。

Osaka Metro 長堀鶴見緑地線「西長堀」駅より
Osaka Metro 御堂筋線・長堀鶴見緑地線
「心斎橋」駅へ直通2分

Osaka Metro 千日前線「桜川」駅より
Osaka Metro 四ツ橋線・御堂筋線・千日前線
「なんば」駅へ直通1分

Osaka Metro 長堀鶴見緑地線・千日前線
「西長堀」駅へ徒歩4分
(約320m)

Osaka Metro 長堀鶴見緑地線「西長堀」駅より
Osaka Metro 御堂筋線
「梅田」駅まで14〜17分
※Osaka Metro「心斎橋」駅にてOsaka Metro御堂筋線に乗り換え

GOOD DESIGN AWARD 2022
2022年度 グッドデザイン賞を受賞

国内初※1「実質CO2ゼロ※3」を具現化した
次世代型エネルギーマネジメントシステム。

人と、街に、明るい未来を。
「ZEH-M Oriented」の水準をクリア。
ZEH-M

一歩先行く環境性能を追求して「ZEH-M Oriented」の水準をクリアし、経済産業省による「超高層ZEH-M実証事業」に採択。建物の断熱性能を高め、高効率設備を導入することにより、快適な室内環境を保ちつつ大幅な省エネを実現する。

※本表示は「住棟全体」の評価であり、「各住戸」の性能を担保するものではありません。又、本物件の仕様変更等により、竣工時における住棟全体の評価値を保証するものではありません。

BELS ZEH-M
この住棟のエネルギー消費量28%削減
2021年11月30日交付 国土交通省告示に基づく第三者認証

■全体概要●物件名称／シエリアタワー大阪堀江●所在地／大阪府大阪市西区南堀江三丁目17番8,8番1(地番)●交通／Osaka Metro長堀鶴見緑地線・千日前線「西長堀」駅まで徒歩4分、Osaka Metro千日前線「桜川」駅まで徒歩3分、阪神なんば線「桜川」駅まで徒歩3分、南海高野線「汐見橋」駅まで徒歩4分●用途地域／商業地域●地域・地区／市街化区域・防火地域●敷地面積／3,708.92㎡●土地権利／所有権●建築面積／1,804.49㎡●建築延床面積／53,700.82㎡●建ぺい率／48.66%●容積率／999.61%●構造・規模／鉄筋コンクリート造(一部鉄骨造)・地上46階●総戸数／500戸●駐車場／208台(タワーパーキング:208台)(月額使用料:22,000円〜29,000円)、他に来客用兼EV充電用1台、EV充電用1台あり●自転車置場／1,001台(月額使用料:100円〜500円)●バイク置場／10台(月額使用料:3,000円)●ミニバイク置場／90台(月額使用料:1,000円〜2,000円)●分譲後の権利形態／建物は区分所有、建物共用部分及び敷地は専有面積割合による所有権の共有●管理形態／区分所有者全員で管理組合を結成し、管理業務等は管理会社へ委託予定●設計・監理／株式会社大林組大阪本店一級建築士事務所、株式会社都市建一級建築士事務所●施工会社／株式会社大林組●管理会社／関電コミュニティ株式会社●管理員の勤務形態／常駐●事業主(売主)／[関電不動産開発株式会社] 国土交通大臣(4)第6379号(一社)不動産協会会員、(一社)大阪土地協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟〒5300005 大阪市北区中之島3丁目3番23号 中之島ダイビル [住友不動産株式会社] 国土交通大臣(16)第38号(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟(近畿事業所)〒5410041 大阪市中央区北浜4丁目4番9号 [パナソニック ホームズ株式会社 都市開発支社] 国土交通大臣(14)第982号(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟〒5608543 大阪府豊中市新千里西町1丁目1番4号●販売提携(代理)／[住商建物株式会社] 国土交通大臣(13)第1894号(一社)不動産協会会員、(一社)不動産流通経営協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟 〒5410041 大阪市中央区北浜4丁目7番28号 住友ビル2号館 [住友不動産株式会社] 国土交通大臣(16)第38号(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟(近畿事業所)〒5410041 大阪市中央区北浜4丁目4番9号 [株式会社ジェイウル] 大阪府知事(4)第52141(公社)全日本不動産協会会員、(公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟〒5500003 大阪市西区京町堀1丁目4番9号 京町堀八千代ビル9階 ●販売提携(復代理)／[住友不動産販売株式会社] 国土交通大臣(13)第2077号(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟 〒5300005 大阪市北区中之島3丁目2番18号 住友中之島ビル●建築確認番号／第R03確認建築GBRC00030号，第R03確更建築GBRC00057号●竣工時期／2024年8月下旬(予定)●入居時期／2024年9月中旬(予定)■先着順販売概要●販売戸数／64戸●専有面積／45.15m²〜109.39m²●バルコニー面積／2.70m²〜24.06m²●サービスバルコニー面積／1.90m²〜7.36m²●アルコーブ面積／2.29m²〜2.85m²●販売価格／4,360万円〜17,100万円●最多販売価格帯／5,900万円台(5戸)※100万円単位●間取り／1LDK〜4LDK●管理費(月額)／11,100円〜26,700円●修繕積立金(月額)／4,600円〜11,000円●インターネット使用料(月額)／2,189円●管理準備金(引渡し時一括)／20,000円●修繕積立基金(引渡し時一括)／460,000円〜1,100,000円●登録受付期間／先着順●申込受付場所／シエリアサロン大阪堀江 ※申込の際には、ご印鑑(認印可)、ご本人確認資料(運転免許証・パスポート等)をご持参ください。※住宅ローンをご利用予定の方は「融資の事前審査の承諾」を受けていただきます。詳しくは営業担当までお問合せください。●広告有効期限／2023年1月31日※先着順販売につき完約済みの場合がございます。あらかじめご了承ください。上記販売概要は2022年12月12日現在の情報となります。

※1.2022年1月31日時点の公表情報に基づきます。また、「超高層ZEH-M」は「超高層ZEH-M実証事業採択物件」を指します。経済産業省「令和3年度超高層ZEH-M(ゼッチ・マンション)実証事業」に採択された新築分譲マンションにおいて、オール電化と再生可能エネルギー由来のゼロカーボン電気を導入するものです。※2.電気給湯機「エコキュート」と「IHクッキングヒーター」(省エネ付けて使用する電磁誘導加熱調理器)を採用し、家庭内で用いる全てのエネルギーを電気に統一した仕様を指します。※3.お客さまに実際にお届けする電気は、水力・火力・原子力などのすべての電源の電気を組み合わせたものですが、「再エネECOプラン」にご加入いただくことで、再生可能エネルギー由来の非化石証書の持つ環境価値を付加することができるため、実質的に再生可能エネルギー由来のCO2フリーの電気としてお使いいただくことができます。「再エネECOプラン」の採用年数は管理組合との協議により定めます。※4.「エリア最高層×最大級」とは、1995年以降に大阪市西区南堀江・北堀江アドレスで供給された新築分譲マンションのうち、本プロジェクトの地上46階建て・総戸数500戸は最高層・最大規模となることを表現しています。(MRC調べ:2022年9月現在)※徒歩分数は80mを1分として算出し、端数は切り上げております。※左記所要時間は通勤時間帯(平日7時台〜8時台)のもので乗換え待ち時間が含まれています。時間帯により異なります。2022年6月時点調査。※地図は概略図ですので実際とは異なる場合があります。※地図上に示したなにわ筋線(2031年春開業予定)のルートは、大阪市発表資料等を参考に作成した概略であり、実際とは異なる場合があります。

お問い合わせは、「シエリアサロン大阪堀江」
0120-500-846　シエリアタワー大阪堀江　検索
営業時間／10:00〜18:00(火・水・木 定休(祝日含む))※携帯電話からもご利用いただけます。

事業主[売主] 関電不動産開発
事業主[売主] 一信用と創造一 住友不動産
事業主[売主] Panasonic Homes パナソニック ホームズ株式会社

思いたったらすぐ行ける。
体にやさしい温泉と
四季折々の料理が自慢の宿

大阪・池田 伏尾温泉 不死王閣

大阪（梅田）から車で約30分！
緑につつまれた温泉旅館

大阪市内（梅田）から車で約30分、電車・バスを利用しても約45分で行ける温泉地、伏尾温泉。
自然がいっぱいで緑につつまれている不死王閣は、体にやさしい温泉と四季折々の料理が楽しめる、人気の宿です。
温泉は「浸かってよし、吸ってよし」のラドン温泉。新陳代謝が活発になり、免疫力や自然治癒力を高める効果があって何度も訪れる方が多いようです。
ゆっくり温泉を楽しむもよし、立地を活かして仕事場から直接、家に帰るように訪れるのもオススメです。

女性用露天風呂

お風呂

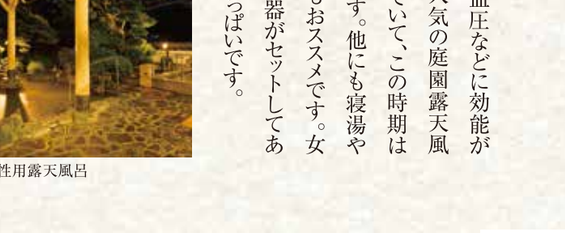
敷地内から湧き出している温泉は、高血圧などに効能があり、何度も訪れる方が多いようです。人気の庭園露天風呂は、四季折々の花や木々が彩りを添えていて、この時期は早咲きの寒桜が小さな花を咲かせています。他にも寝湯や大浴場、サウナもあって長湯を楽しむのもおススメです。女性にはシャンプーバーや脱衣室に保湿美顔器がセットしてあり、温泉とともにキレイになるアイテムがいっぱいです。

大浴場

男性用露天風呂

他にも

近くの温泉地だからこそ、気軽に日帰りで温泉と食事が楽しめるプランを利用するのもオススメ！特に「0泊2食プラン」は、宿泊しなくても10時間お部屋を利用でき、温泉と昼・夕2食がたっぷり楽しめる人気のプランです。また、集いスペースや会議室もあり、慶事や法事、会合など様々なスタイルでの利用が可能です。周辺には人気の「カップヌードルミュージアム」（大阪・池田）や、小さな動物園で有名な「五月山動物園」、そしてゴルフ場も点在しているので、それぞれの休日が楽しめます。



標準和室

お部屋

四季折々の美しい景色を眺められるお部屋は、ふたりからグループ、家族連れまで利用できる様々なタイプがあり、ニーズによって使い分けができます。露天風呂付客室は、昼に緑いっぱいの山々、夜には星空を眺めながら入浴ができる人気のお部屋です。また全自動マッサージ機も備えられています。他にもワーケーションに最適な洋室や、ワンちゃんと泊まれる露天風呂付のお部屋もあり、色々な楽しみ方ができるのも魅力です。

ぼたん鍋

お料理

〝伏尾の鮎茶屋〟として料理の評判が良い不死王閣。冬のおススメ料理は「ぼたん鍋」です。古典落語「池田の猪買い」で登場するこの地域の猪肉は、風味格別で柔らかく高タンパク、低カロリー、低脂肪のヘルシー食材。ジビエ料理として女性にも人気の鍋料理で、特性ダレで食べるぼたん鍋は、まさに冬の贅沢料理です。鍋料理以外にも旬の食材をふんだんに使った会席料理もあって、気分によって選べるのが嬉しいですね！

不死王閣
ご予約・お問い合わせ
TEL：072-751-3540
〒563-8585 大阪府池田市伏尾町128-1
https:/ /www.fushiokaku.co.jp

組合員様向け『保険選びのミカタ』ウェブサイトのご案内

第17回

大阪府歯科医師協同組合員様向けに、保険商品の見直し・商品選び、その他保険に関する様々な相談や資料請求がウェブサイトからできるようになりました。

組合員様向けに『保険選びのミカタ』ウェブサイトを新規OPENしました！

歯科診療所の院長先生が「保険の相談をしたい」と思われるのは、業務上の課題や賠償問題・事故・疑問・ライフプラン・相続に関することだけではなく、現在加入している保険商品にも、不安や不満などがあるからではないでしょうか。そんな時、当社は「歯科診療所のミカタでありたい」という思いで院長先生の目線に立ち、ご意向に沿った商品選びをお手伝いいたします。

大阪府歯科医師協同組合
組合員の皆様へ

大阪府歯科医師会様とともに 55年
保険選びのミカタ
Support your life

経験豊富な
保険のプロフェッショナルが、
ライフプランに基づいた
「今」と「未来」に
必要な保険を提案します。

◆損害保険（ネット申込で簡単手続き）

海外旅行保険
損害保険ジャパン（株）

出発当日でも申込OK。ネットで簡単に申込みができファミリーなら、更に割安な保険料となります。

入院パスポート
損害保険ジャパン（株）

「スマホでピタッと充実保険」（一年更新型）

将来、どんな病気にかかって治療にいくらかかるかなんてわからない。そんなお声にお答えする保険です。

ちょいのり保険
東京海上日動火災保険（株）

「1日自動車保険」（ネットで完結）

1日800円から、24時間単位でご加入頂ける自動車保険です。

◆生命保険（資料請求・保険見直しの依頼）

ライフステージごとに必要となる生命保険の種類は様々です。
保険の見直しを検討した際や、新規での保険加入を考えた際に、
じっくりと商品内容を検討してから選びたいと思われる院長先生のお声にお応えします。

ネットで複数商品を比較したい

加入を検討している場合や、提案を受けている場合など、複数の商品を比較したいと思ったら、一括で複数の商品の資料請求も可能です。

ネットで簡単に保険の見直し依頼が出来る

保険の見直しはしたいが、「忙しい」「相談する時間がない」といった院長先生のために、ネットで保険見直しの依頼が可能です。
歯科診療所を知り尽くした、弊社ならではのサポートをさせて頂きます。

Image photo

「保険選びのミカタ」
ホームページはこちらから
※ODCホームページからもご覧いただけます。

ご相談ください。

弊社では、本来の保険機能と併せて、**ライフプラン**に合わせたご提案をさせて頂きます。
複数の保険会社の商品から先生の意向に沿った商品をご提案させて頂きますので、お気軽にご相談、お問い合わせください。

World Insurance Group
ワールドインシュアランスエージェンシー株式会社
〒541-0054 大阪市中央区南本町三丁目1番12号 カネセ中央ビル6F

お問い合わせ
TEL：06-6241-2111
FAX：06-6241-2112
営業時間／平日9:00～17:00（土日・祝祭日・年末年始を除く）

E-MAILでのお問合せはこちら
insubank.dental@worldins.co.jp

学術 Academic 04（最終回）

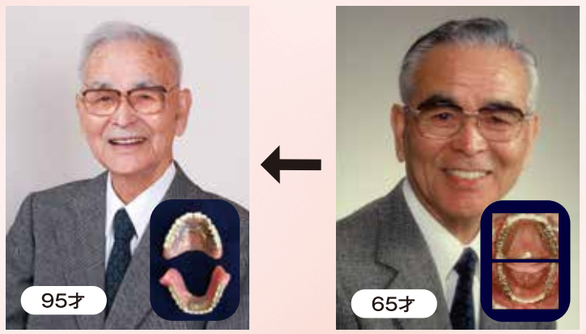
「医科・歯科・介護連携」時代の保険で『噛める総義歯』つくり

image photo

「アッ」という間に日本は、世界に先がけて超高齢時代に突入しました。30年前に治療させていただいた患者さんが、今や元気な95歳！「人生100年」時代の到来です。

最終回は、「自分の歯で食べる」・「自分の歯で噛む」を論題に、**自分の歯を失った人**が、『ちゃんと噛める総義歯』で「食べる」そして「噛む」ことで、人の生活や健康長寿にどの程度影響しているのか、コホート調査や基礎研究文献を紹介し、私の「所見」を述べて終わりにいたします。

～「人生100年」超高齢時代 ～



←

◆コホート調査・基礎研究論文（国内の調査や論文の特別寄稿文を抜粋）

歯科保健医療に光と影をつくってはいけない

～義歯で機能回復のためのリマウント調整の理解に向けて～

高齢者の口腔ケアはできるが、**義歯は作れない**という現実を
真正面から考えなければなりません。
効果的な医療連携は歯科保健と歯科医療の両輪で成立するものでしょう。

元 北海道歯科医師会会長・日本歯科医師会副会長・
日本顎咬合学会監事・前歯でも噛める入れ歯研究会会員　富野 晃先生による

2007年 北海道歯科医師会は、北海道国民健康保険の団体連合会の協力を得て、歯と全身の関わりを満70歳以上の高齢者の歯・口の現状と医科診療費との関連を調べ、その結果を2008年（平成20年）に報告書としてまとめました。

❶現在歯数と医科診療費の関連
❷欠損補綴状況との関連
❸歯周病との関連
❹北海道・口腔健康づくり8020推進条例はより道民の健康増進に寄与された。
❺歯科口腔保健の推進に関する法律の成立（平成23年）

その他

❻口腔ケア（歯科保健）の目的と見過ごされている機能回復
❼竹内 孝仁著【ボケの8割は「水・便・メシ・運動」で治る】（健康新書081）認知症対策
◎1日1,500kcal・水1,500cc以上を
噛んで食べられる食事にすることが低栄養予防
❽医療連携の基本は顔の見える関係でのチームワーク
◎「柏プロジェクト」での「顔の見える関係会議」
◎低栄養改善のための「つの指標は「指輪っかテスト」を提唱（東大 飯島 勝矢教授）

❾「食べられる口に整える」ための基礎知識
山本 真樹監修【面白いほどわかる人体のしくみ】（平成17・日本文芸社）
◎消化器とは
◎よく噛むことが健康への第一歩 ～歯は消化器官のスタート地点～
◎有名なファーレルの実験：咀嚼と消化（噛むことで消化と吸収の差を調査）

❿厚労省が示す「歯科保健医療の需要と提供体制のイメージ」
歯科医療機関完結型の歯科保健医療は、少子高齢化の進展につれての自立度低下・全身疾患・加齢による口腔内変化などの影響によって、否応なしに医科歯科連携の重要性が増す。2025年以降は、「地域完結型歯科保健医療」の提供体制へと変化する？

⓫まず噛める義歯にすること。これこそが医療連携のスタート！
なぜなら、まず信用を得なければ、物事は進まない！

⓬先人は「咀嚼能力の評価」を強調した。その理屈を秋元 秀俊著【手仕事の医療ー評伝 石原寿郎ー】（2019・平成29年）より一部抜粋する。

咀嚼能力の回復向上は、歯学終局の目的として挙げられるべきもので、ことに補綴学においては、その重要性が昔より繰り返し強調されている。入れ歯を装着しておしまいではなく、噛めるところまで責任を持つ、補綴処置にと・・・。
一部に学問的でないと批判する方がいるかもしれないが、リンゴ、タクアン、骨付きチキンが食べられることは正に実証です。

『咬合・咀嚼』がもたらす全身健康との関連

【咬合・咀嚼との関連】
骨粗しょう症・認知症・脳血流量・
免疫機能・情動・循環動態・消化・
代謝・栄養・生命予後（老化）

【咬合との関連】
姿勢および頸肩部の筋症状・運動機能

『歯科保健（口腔ケア）』がもたらす健康寿命延伸への効果について

◎脳血管疾患
◎糖尿病
◎メタボリックシンドローム
◎心疾患
◎関節リウマチ
◎肺炎等呼吸器疾患
◎認知症

image photo

◆日本歯科大学 小林 義典教授の論文【咬合・咀嚼が創る健康長寿】

日補綴誌・3巻3号：P189～219（2011）

日本補綴学会として、日本学術会議咬合学研究連絡委員会での報告であり、今後の科学的根拠に基づいた行政施行の実施への提言である。

A 咀嚼の作用

① 口顎顔面頭蓋の成長発育の促進
② 消化作用と摂食機能調節作用
③ 唾液分泌の促進による健康の保全
④ 栄養素吸収の促進
⑤ 脳の活性化と脳の老化の抑制
⑥ おいしさの増強と心理作用
⑦ 免疫機能の向上
⑧ 生体の恒常性とリズムの維持
⑨ 肥満による生活習慣病の抑制と改善
⑩ 運動機能の維持と向上
⑪ 嚥下の安全な誘発と遂行
⑫ 骨粗しょう症の抑制
⑬ 日常生活活動能力（ADL）と
生活の質（QOL）
⑭ 疼痛の緩和
⑮ 家庭生活における学習場面の提供

B ガム咀嚼による食物咀嚼の作用の代替

C 咀嚼と脳血管障害や摂食・嚥下障害などのリハビリ

D 健康に必要な咀嚼の条件

健康長寿の延伸には何がどの程度重要となるのか？（2017年）

健康長寿に対する包括的アプローチ

大阪大学 池邉教授が中心となって、
東京大学・慶應義塾大学・神戸大学等々と共に、
健康長寿に対する包括的アプローチを開催されました。

歯学・栄養学 ／ 医学 ／ 心理学社会学

大阪大学歯科補綴・歯周病 東京大学社会予防疫学
大阪大学老年内科・保険学
慶應義塾大学百寿綜合研究センター
大阪大学人間科学・神戸大学
東京都健康長寿医療センター研究所

世界中の膨大な論文を調べて
口腔の健康が健康長寿への一つの大きな
要因であることは間違いない
大阪大学歯学部教授 池邉一典 教授

口腔の健康
①清潔な自分の歯を護ること
②予防歯科を失敗した高齢者は、
ちゃんと噛める義歯で機能回復すること

何よりも、歯を失った高齢者に一番大切な事は
「噛める入れ歯」を提供すること
しっかり噛めれば、嚥下も苦労なし
「刻み食」でも噛まなければ、飲み込めない

◆歯科の文献【口と身体の健康】

**私たち歯科界は
これほどの膨大な基礎研究論文の存在を知りながら、
「論語読みの論語知らず」では？**

我々歯科医は、沢山の基礎研究の論文の内容を頭で理解するだけであって、それを臨床の場でどのように実践し、その効果を国民に理解してもらうということが、残念ながら不足していると思います。

その点医科は、基礎研究と臨床医学がかなり調和しているのではないでしょうか。たとえば、何らかの原因で不幸にして「足」を切断しても、義足で歩行を改善し、オリンピック選手の機能をも改善し、それを誰にでも知らしめられます。「新しい外科手術」を実施しても、術後の明らかな生活の改善などをメディアを利用して示されることもあります。

作家の遠藤周作先生は産経新聞コラム（富野 晃先生 論文より引用）の中で、**「歯科の先生は、なぜ全身のことをやらないのですか？これから将来、全身との関わりを勉強することによって、歯科を専門とする医者にならなくてはだめなのです。」**とおっしゃいました。

しかし、我々歯科界の高齢者の口腔機能の回復法は、「入れ歯」に限って言えば、その**「作り方教室」が盛んだが、それも自費治療のものが目立ちます。**それでは全ての国民に「噛める喜び」をもたらすことはできませんし広がりません。

東京医科歯科大学 水口 俊介教授は、**「超高齢時代・・・短時間で的確に義歯補綴治療を行い、患者の口腔機能やQOLを上昇させることが重要である・・・」**と述べられています。少なくとも、国立大学出身の国民の税金で修学された先生の「作り方教室」では、**まず国民にお礼の意をこめて、保険診療で誰もが受診して、その結果たくさんの論文で述べられているように、患者さんの健康・生活の改善をもたらすような勉強会をスタートして、もう少し上手く具体的な**

表現で、国民に歯科治療の効果を示す努力が求められるのではないかと思います。〝保険診療〟で論文道理の臨床結果を望みます。

巷では「8020運動」で、無歯顎患者はますます減少する。将来的には「総義歯」は無くなるとまで言われています。たとえそんな夢のようなことが起こっても、「総義歯市場」は東南アジア（台湾・韓国・中国・インドネシア・・・・）にまだまだ存在します。これから「総義歯患者さん」の爆発です。

日本の次世代の先生方は、その問題解決のリーダーになればと願っています。

リマウントによる咬合調整は「エビデンスがない・・・」と、ちょいちょい耳にします。「前歯でも噛める入れ歯研究会」のフードテストの臨床例は沢山報告されています。私たち研究会は、そのことが立派な「エビデンス」だと信じています。しかし、その科学的根拠の「基礎論文」が見あたらないことが、その理由かな?とも思っています。

今回、九州大学口腔機能修復学 鮎川 保則教授指導のもと、鄭 継祥、他のReviewで、90年前のNeill（1932年）はじめ、Lauritzen AG（1974年）・Gutowski A（1990年）・Badel T（2001年）・Utiyama（2008年）他69篇の論文が示されました。

歯科界のEBMとは?なんでしょうかね?日本の学者は北海道大学 内山洋一教授だけです。従って、日本の歯科界では歴史的に「話題性」が少なかったのかもしれません。アメリカでは、85%以上の大学で教育されていました。日本の補綴教科書にも形式的に紹介されていますが、残念なことに、その技術的説明はなく、臨床教育の場ではまったく実践されていません。

次ページで、私の約10年以上にわたる保険診療における、患者さんの変化（臨床結果の改善）の一部を画像で紹介します。

大切なことは、義歯で咬むと患者さんの生活が改善するのではなく、
「リマウントによる咬合調整」によって、「咬合が安定」して患者さんの改善が見られるのです。

再度述べますが、「リマウントによる咬合調整法」は難しい技術ではありません。
従って、まず学校教育で導入していただき、歯科医師・歯科技工士・歯科衛生士・一般医師・
看護師・そして介護福祉士などの皆さんがしっかり理解していただき、
義歯の患者さんに**「リマウントによる咬合調整した入れ歯は噛めるのだ」**ということが
広がれば、高齢者の生活環境が大きく改善し、医療費減少にもつながるのではと思っています。
今後、大阪府歯科医師協同組合員の皆様の、実践とご活躍に期待しております。

著者
プロフィール
河原 英雄

＜略歴＞
◎1967年 九州歯科大学卒業　◎1968年 久留米大学医学部　医学博士

＜役職＞
◎日本顎咬合学会顧問　◎日本歯科医師会生涯研修セミナー講師
◎日本審美歯科協会元会長　◎九州大学歯学部臨床元教授
◎台北医科大学歯学部臨床元教授　等々歴任

著書・学会講演 多数

リマウントによる咬合調整後、生活や体調に変化

① 認知症

上顎義歯新製・リマウントによる咬合調整 → 効果 4か月後町のカラオケ大会に親子で出場

② 認知症

義歯新製・リマウントによる咬合調整 → 効果 寝たきり状態で歩行を忘れていたが自立歩行が可能になった

③ 盲目の車椅子移動

上下総義歯リマウントによる咬合調整 → 効果 機能回復・歩行器を使って走り回る

④ 認知症（介添歩行）

新義歯新製・リマウントによる咬合調整 → 効果 自立歩行・元気になり山登り

⑤ リマウントによる咬合調整の総義歯で噛む

歯科は義歯をはじめとする口腔機能の改善・再建を通して
寝たきりや認知症の自立性に大きく影響力をおよぼしている。

元国際医療福祉大学 竹内孝仁教授 言

保険診療で

いつでも　どこでも　誰にでも

ちゃんと「かめる総義歯」を提供できれば、
歯科の仕事の全てが一層楽しくなりますよ。
患者さんの強い信頼を得られ、
歯科医師としての生きがいを感じます。

保険総義歯のススメ

「かみつきがいい」入れ歯

より良い医院環境づくりのために、

福利厚生について考えてみませんか？

第2回 「福利厚生の充実」と「給与引き上げ要望」

第1回では、人事戦略として福利厚生の新しい捉え方と、その必要性についてお伝えしました。しかし、実際のところ従業員から〝福利厚生の充実よりも給与の引き上げ要望がある〟という診療所も多いようです。そこで今回は、その対応策についてお伝えいたします。

「福利厚生の充実よりも給与を上げてほしい。」

こういった従業員からの意見は少なからずあり、診療所側は頭を抱える内容だと思います。待遇を改善する際、給与の引上げと福利厚生等の充実の両者を比較してみましょう。

給与の優位点は、現金であることから従業員にとって使途が自由であることです。生活費への充当や貯蓄にも回せます。よって従業員は給与の引上げを求めがちです。

しかし、あまりピンとこないかもしれませんが、福利厚生には**従業員にとっても、給与以上のメリット**があります。これを従業員にも理解してもらうことが必要となってきます。では、〝給与以上のメリット〟とは、どういうことなのでしょうか？

1 従業員満足度向上に差

給与は労働の対価であり、従業員は給与の引上げを〝当然〟と捉えます。それに対して福利厚生は、役職・勤続年数や業績・成果によって差がないことから、労働の対価ではなく雇用主からの〝**恩恵**〟として捉え、ロイヤルティ（愛社精神・忠誠心など）やエンゲージメント（双方の成長に貢献しあう関係）を高めることにつながります。主に慶弔給付を受け取った時や、豪華な法人契約のリゾート施設に家族で宿泊した時、フィットネスクラブを法人料金で安く利用できた時などに恩恵を感じるようです。

2 スケールメリット

福利厚生は、雇用主が従業員全員分をまとめて提供するため、給与に比べスケールメリットが働きます。人件費の総額は限られているので、福利厚生として提供した方が、従業員全体の受益総額を高めることができます。例えば、個人でフィットネスクラブの会員となるより、勤務先が法人会員となっているクラブを利用するほうが、利用頻度が多くない場合は割安となります。

3 実質的な手取り増

実際、給与が引き上げられても、所得税・住民税・社会保険料・労働保険料も増加し、引上げのすべてが手取り増になりません。福利厚生は、**非課税となるものも多い上、社会保険料上も報酬とはみなされないものがほとんどです。**よって、手取りでは福利厚生が有利です。

4 給与の引上げは他の人件費に波及

給与の引上げは残業代の単価や退職金額等の掛金額にも波及します。また、給与は下方硬直性が強く、**業績が悪化しても引下げが難しい**です。それに対して福利厚生は、給与ほど重要な労働条件として捉えられておらず、労使交渉によって引き下がる可能性も高まります。

日常で使える特典、健康経営の推進、
教育・研修支援をトータルでサポート!

従業員エンゲージメントが高まるおトクがいっぱい! 総合福利厚生サービス

Benefit Station ベネフィット・ステーション

給与以上のメリットがいっぱい!

サービス数は140万以上!
いつでも どこでも 何度でも!

家族で高級ホテルが安く利用できた!

法人会員だから個人で入会するより費用が断然お得!

託児施設を利用し、安心して勤務ができる!

JTB 感動のそばに、いつも。 3〜5%の割引やベネポ還元

Expedia.co.jp Booking.com 近畿日本ツーリスト JALPAK

対象旅行代金 4〜8%の割引やベネポ還元

りらくる RELXLE TOHO CINEMAS 劇団四季 KONAMI SPORTS CLUB ひらかたパーク 等々

人気日帰り施設の無料招待企画や
無料・学割・ワンコインデーといった会員限定の大人気企画も多数!
人気の映画館はいつでも500円割引!など他にも、
サービスが盛りだくさん!

※掲載の写真はすべてイメージです。

ポイントも貯まるのでさらに、お得!

次回は福利厚生サービスの具体的な内容をご紹介します!

大阪府歯科医師協同組合 特別プラン

入会金 通常価格20,000円 ▶▶▶ 組合員限定で無料 ※初回のみ。従業員数1〜10名様の場合。

月会費(得々プラン) 通常価格1,000円/名 ▶▶▶ 970円/名 ※10名様以下の場合は10名様分の料金を頂戴いたします。

株式会社 ベネフィット・ワンは、
大阪府歯科医師協同組合と提携しています。お気軽にお問い合わせください。

株式会社 ベネフィット・ワン 大阪支店

お問い合わせ先 Benefit one TEL:06-7636-6200

Information
［ODC編集部］

私たちは、
健康のプロです。
だから･･･
［第14回］

image photo

ホントは怖い

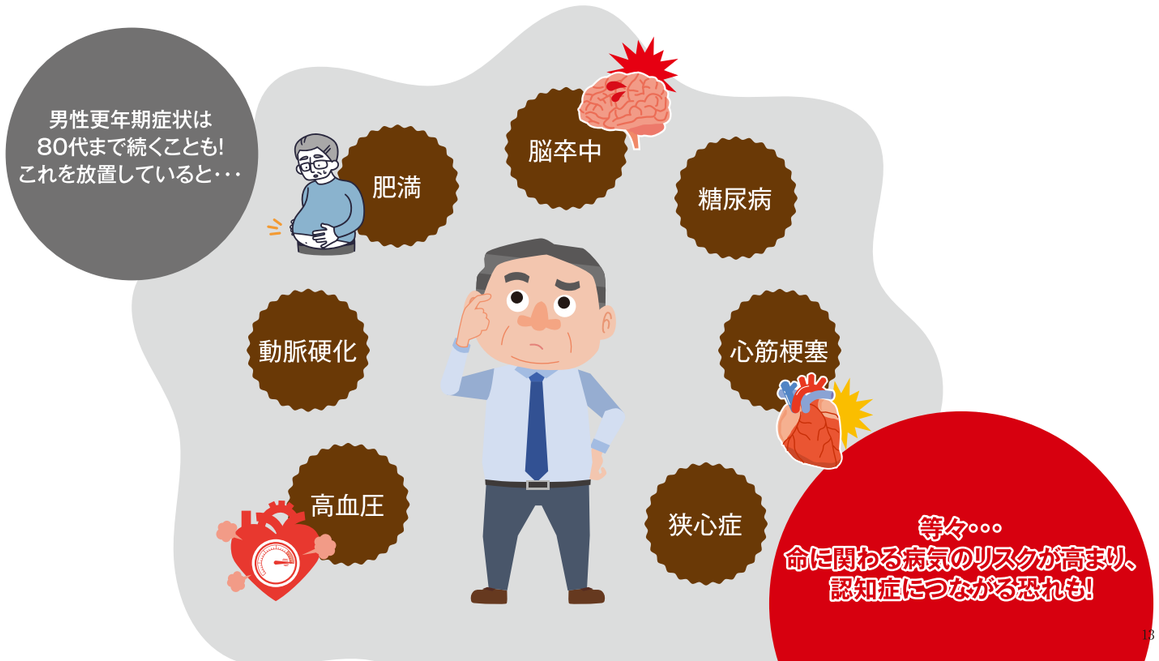
男性更年期症状

最近、診療後に動けなくなるほどの疲労感がある、寝ても寝ても疲れが取れないなんてことはないですか?

その疲れ、「男性更年期」かもしれません!!

男性にも更年期症状が起こります。こんな症状はないですか?イライラが収まらない、よく眠れない、急にほてりが出たり、関節が痛んだりする、人には言えないがめっきり性欲が減退してしまった･･･。

男性ホルモン（テストステロン）の低下に伴い体に生じる症状、病態をLOH症候群（加齢男性性腺機能低下症候群）と定義し、その中に男性更年期障害も含まれます。女性の場合50歳くらいに閉経があり、その前後で急激に女性ホルモンの分泌が低下し更年期症状が発症しますが、ホルモンバランスが落ち着いてくると症状が軽減してくるのが一般的で終わりがあります。しかし男性の場合は、低下の速度が緩やかで発症する年齢の個人差が大きいのが特徴で、30代後半から70代まで、いつでも更年期障害になる可能性があるのです。また、**男性の生殖機能は女性と違い一生続きますので、更年期症状を放置していると80代になっても続くことがあります。気になった方は治療につなげてください。**



男性更年期障害

男性ホルモン（テストステロン）の低下に伴って、体に生じる症状・病態を、加齢男性性腺機能低下症候群（LOH症候群）と定義し、その中に男性更年期障害も含まれ、日本では一般的に頻用されています。

image photo

■「テストステロン」とはどういう役割を担っているのでしょうか?

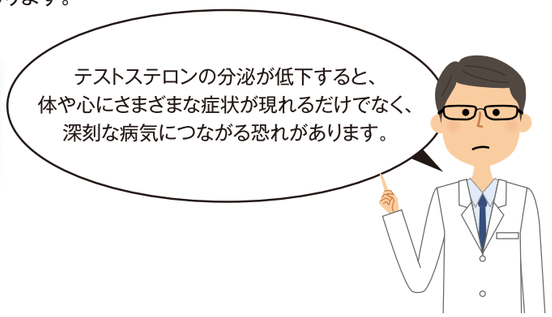
- 筋肉や骨を強くし、社会活動を支える
- 男性の生殖機能を正常に保つ
- 判断力や理解力などの認知機能を高める･維持するなどの働き

上記の3つがテストステロンの主な働きです。

そのため分泌が低下すると体と心に様々な影響が現れます。鬱に似た症状を訴える方が多いです。
また、テストステロンの分泌には、加齢よりむしろ「生活習慣」や「社会的な活動」が深く関係していることから、「社会性ホルモン」とも呼ばれています。
加齢による減少よりもストレスや、社会との関わり、生活リズムの変化によって減少する傾向があります。

テストステロンの分泌が低下すると、体や心にさまざまな症状が現れるだけでなく、深刻な病気につながる恐れがあります。テストステロンには、臓器の機能を維持し、炎症を抑える作用があります。テストステロンが減少すると、中性脂肪やコレステロールの代謝が低下したり、内臓脂肪や皮下脂肪が増えやすくなります。その結果、肥満や糖尿病、脂質異常症、高血圧などの生活習慣病を発症するリスクが高まり、動脈硬化の原因ともなります。また、テストステロンには、血液の流れをよくする働きがあります。そのため、減少を放置していると動脈硬化が進行し、心筋梗塞、狭心症、脳卒中といった命に関わる病気のリスクが高まります。その他、テストステロンには、記憶を司る海馬を活性化させる働きもあるので、減少することによって認知機能が低下し認知症につながる恐れがあります。

image photo



人間ドックの受診には 最大4万円が 補助されます!
(甲種組合員本人の場合)

令和4年6月1日から「健康診断」「人間ドック」を下記のとおり実施しています。

健康診断、人間ドックの受診には組合への申込みが必要です。
所定の申込書(ホームページよりダウンロード可)に必要事項を記載して、
大阪府歯科医師国保組合まで、FAX(06-6772-3450)か、郵送して下さい。

※健康診断・人間ドック・特定健診の重複受診はできません。

詳細につきましては、ホームページに掲載されている事業案内又は事業所に郵送された案内をご覧ください。

	健康診断＊<18歳~74歳までの方>	人間ドック
実施場所	(一財)大阪府結核予防会 ◆大阪総合健診センター(大阪市中央区／淀屋橋駅) ◆堺複十字診療所 (堺市堺区／堺東駅) ◆大阪複十字病院 (寝屋川市／寝屋川公園駅)	◆実施場所(30ヵ所)については 下記のサイト・TELまたは右記のQRコードより ご確認ください。 http://www.oda-kokuho.or.jp/jigyou/kikan_ichiran.pdf TEL:06-6772-8306
費用	無料 歯科医師国保の被保険者は無料で受けられます。 (オプション費用は除きます。) 甲種本人または40歳以上の被保険者の方は、特定のオプション検査をいずれか一つ、無料で受診することができます。	案内に記載の金額から組合補助額(**甲種組合員本人 4万円、その他の被保険者 2万円**)を引いた残りの金額をお支払ください。 費用は実施機関によって異なります。 (組合ホームページをご覧ください。)
実施期間	令和5年2月28日まで	令和5年2月28日まで
申込締切	令和5年1月20日(当日消印有効)	令和5年1月20日(当日消印有効)

＊「結核に係る定期健康診断」としてもご利用できます。
「感染症予防および感染症の患者に対する医療に係る法律」により管轄の保健所を経由して都道府県知事に報告する定期健康診断のことです。
「労働安全衛生法」第66条で事業主には実施義務が、労働者には受診義務が定められています。

申込み締め切りは 令和5年1月20日!!(当日消印有効)

健康について真剣に考えてみませんか?

将来に備えて生命保険に入られる方は多いのではないでしょうか。
でも、将来の健康のための健康診断はおろそかになっていませんか?
定期的な健康診断や人間ドックの受診で、生活習慣病のリスク回避や重症化予防を実践して、
生命保険と合わせて二重の保障で健康長寿を手に入れましょう。

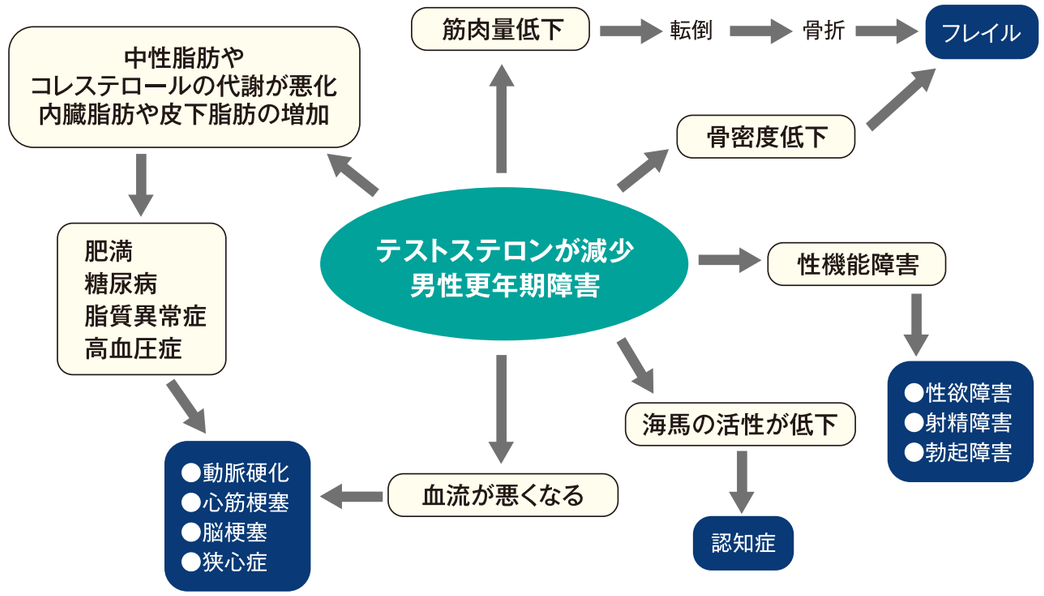
大阪府歯科医師国保組合にご加入の方は
健康診断を無料で受診できます!!
人間ドックは最大4万円を補助いたします。
(甲種組合員4万円・その他の被保険者2万円)

いずれの受診も当組合への申込みが必要です。
申込用紙は当組合ホームページからダウンロードできます。
詳しくは当組合ホームページまで!

大阪府歯科医師国民健康保険組合 健康診断 検索
http://www.oda-kokuho.or.jp

LOH症候群の病態

加齢によるテストステロン低下によりさまざまな症状や徴候が惹起(じゃっき)される



そもそもテストステロンとは、精巣で作られる男性ホルモンで(95%は精巣、残りの 5%は副腎で生成・ 分泌)、生殖機能、筋肉・骨格形成などの重要な働きを担っています。男性の生物学的活性を支え、生きていく上でQOL(生活の質)を維持する基本は男性ホルモンで、車のエンジンオイル的役割をしています。加齢により低下し、中高年男性の健康維持の問題点となります。

＜ テストステロンの平均値 ＞

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代
平均値(pg／ml)	16.8	14.3	13.7	12.0	10.3	8.5

診断には血液検査と「AMS スコア」という問診検査が必要です。

男性更年期障害が疑われる時は、泌尿器科を受診してください。

どこでも受診可能なわけではありませんので、「男性更年期の疑いがありますが受診できますか?」と聞いておけば確実です。メンズヘルス外来や男性更年期外来などの専門科を設けている医療機関もありますので検索されるといいでしょ う。

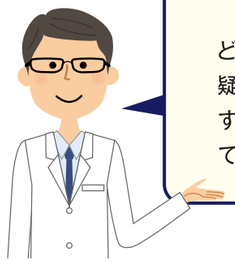


image photo

Image photo

茶の湯のはなし

佐伯江南斎（さえきこうなんさい） 宗匠

第4回（最終回）
精神的な茶の湯

昔を思い今がある

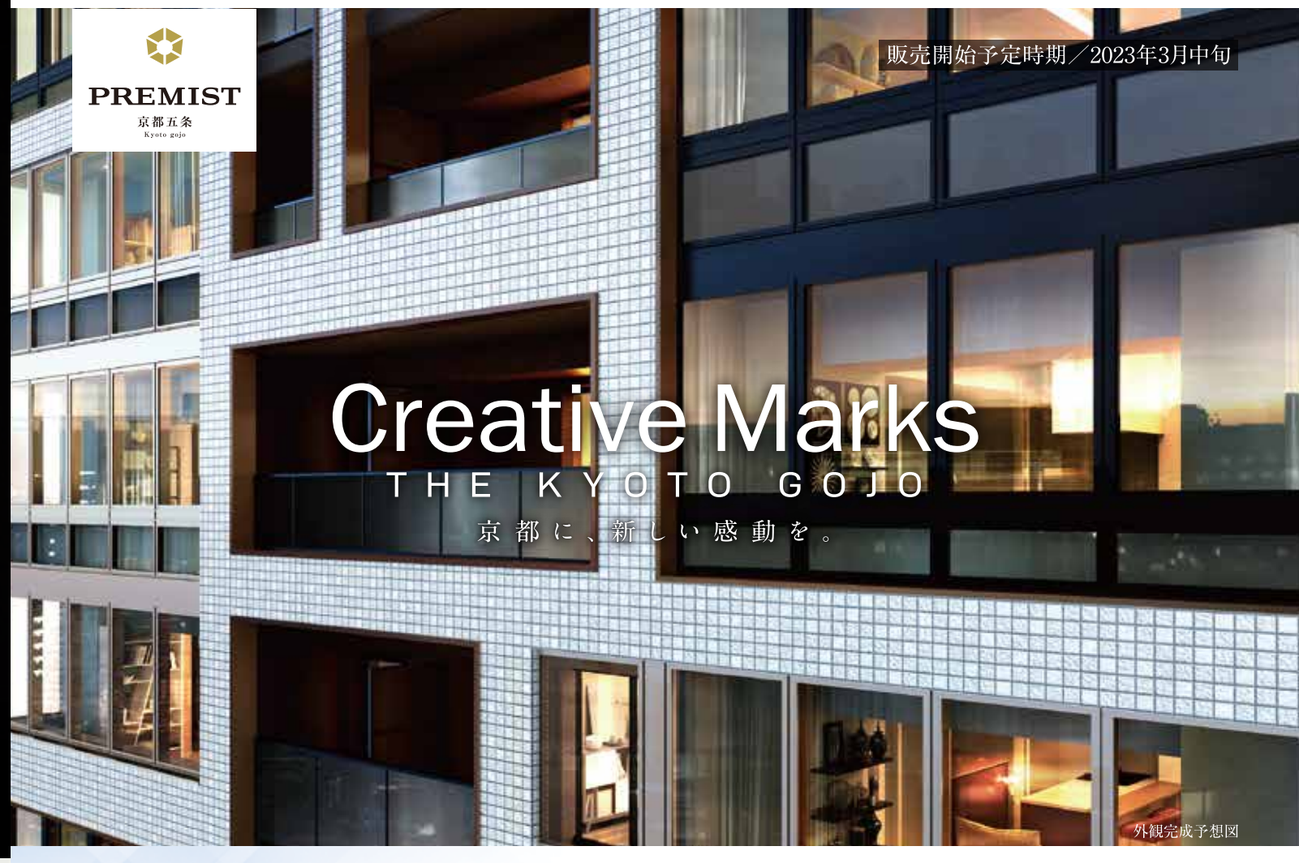
利休居士が茶の湯を完成されるに至り、数々の道程を乗り越えられました。利休居士という人を忘れてほしくありません。現代の茶の湯は、個々の流儀の作法、形式のみで茶の湯を理解、納得され、流儀作法の茶の湯になっています。

今までお話しさせていただいた、常に利休の心中を察し、そして茶の湯の美しさというものがいったいどこにあるのか。点前（てまえ）、諸道具の扱い、飾り付けなどの意味、趣向を深く研鑽を怠らず積んでいかれることで、茶の湯がより良く理解されるのです。

１９０６年イギリスの法史学会の権威者であるフレドリック・ウイリアム氏は、「我々が歴史を学ぶのは、単に過去を追憶するためでない。過去を学ぶことによって、初めて正しく現在を認識することができる。過去の正しい認識を踏まえて、初めて未来を展望することができる。」と言われています。日本でも利休居士の師である武野紹鷗（たけのじょうおう）は「温故知新（おんこちしん）」を唱えておられます。つまり古きを尊び、新しきをつくる。いつも進歩的な世界をつくり上げるという「創造の世界」を作ろうとされていたのです。文化は常にその時代にあった考え方で進んできたからこそ、伝統文化も長きに亘り受け継がれてきたのです。

千利休 銅像

点前座と床



外観完成予想図

プライベート性を高めたフロアプラン

3住戸につき1基のエレベータを設置※1《資料請求受付中》

車でお越しの方は、カーナビに下記住所を入力してください。
京都市中京区金吹町461

お車でご来場の方は、「三井のリパーク両替町通押小路北駐車場」をご利用くださいませ。カーナビの機種によってうまく表示できない場合があります。マンションギャラリーにて精算させていただきます。

地下鉄烏丸線
「五条」駅徒歩5分（約360m）

京阪本線
「清水五条」駅徒歩6分（約430m）

阪急京都線
「京都河原町」駅徒歩15分（約1,170m）

地下鉄烏丸線「五条」駅より
「京都」駅へ2分※2

※1：11階のC-2タイプのみ2住戸につき1基のエレベータを設置※2：「京都」駅への所要時間は「五条」駅を午前7:26発のものです。※掲載の外観完成予想図は設計図書を基に描き起こしたもので、実際とは多少異なる場合があります。外観形状の細部・設備機器などについては再現しておりません。家具・家電・備品等は価格に含まれません。※徒歩分数は80mを1分として算出（端数切り上げ）したものです。※地図は概略図ですので省略されている道路・施設等があります。

提携割引 販売価格（税込）より1%割引

提携割引をご利用の際、「紹介カード」が必要です。初回来場時までに、大阪府歯科医師協同組合（TEL 06-6796-8602）へご連絡をお願いします。

〈売主〉
大和ハウス工業株式会社
Daiwa House 大和ハウスグループ

お問い合わせは「プレミスト京都五条」マンションギャラリー
0120-015-059
営業時間／10:00～18:00 火・水曜日定休（祝日除く）

公式サイトはこちらから
ダイワ 京都五条 検索

利休居士は、創造ということについてはあまり触れておられませんが、美意識と申しますか、人間の精神を掘り下げることについては、一番深い創造意識があったように思われます。「ご飯がおいしい」という心持ちを味わうことは、いかなる人によっても否定することのできない人間生活の喜びであります。昔の人はご飯を食べて「お米の一粒も残したら、目がつぶれる。」と言われました。その意味は、お百姓さんがお米を作るのにどれだけの魂を入れて作られているのか？有難く感謝しなければならない。茶の湯での懐石も黒塗の椀に入れて、先ずご飯をいただくのです。この法はいまだ変わらず続いています。一般的に、食事は常にせともの茶碗でいただいております。白いせとものところに白いご飯を入れても、おいしく感じません。黒い椀に白米を入れると、光沢とお米の艶も全く違った存在となり、お米に甘みもでて感謝も生まれるのです。

人と人のつながり（和の精神）

聖徳太子、十七ヶ条の第二条【和を以て貴と為す】。第二条【篤く三宝を敬え】。三宝とは「佛・法・僧なり」と仏教精神を中心に据えています。利休居士も京都大徳寺で参禅し、高僧に教えを乞い、仏法について数々の勉強をされたと記されています。その基になる佛の教え『三宝』に基本真理があると考えられます。

『法を灯明にせよ』といっても「法」は目に見えないものであり、抽象的なものであります。そのためにこの「法」を茶の湯の形式にあてはめ、生活実践できるように、茶の湯の「作法」ができたのではないでしょうか。茶の湯を通じて仏法を学び、師の教えを信じ仰ぎ、同じ時を共有しながら「この法」に従って行動しようとする「仲間」が必要とされ、人とのつながりもでき、その中にあって武家、町人達の権力者の理解があり、茶を喫しながら語り尽くし、自分自身を磨くよりどころとしていたのではないでしょうか。

大徳寺

お互い様の心

人と接するには、自分本位で生きず世間と調和し、他人と調和するように心がけなければならないのです。それには「言葉」をまことのもとに、行ないを実直で慎み深いものに他ならないのです。「言葉」はどこまでも忠実を貫き、嘘を言わず、行動は誠実で相手への敬意を失わないようにする。茶席でのあらゆる会話「言葉」は、人に安心感を与える力を持っていると思います。好ましい人物として人に慕われるように精進させていただいております。

Image photo

昨今の茶の湯

ここ四・五十年、季節に合わせていろいろな茶会が行われてきました。茶の人口も増え、大寄せ茶会も行われています。私も数々の茶会に参加致しますが、考察すると2通りに分かれています。

ひとつは、ただむやみに珍重な道具を集めて、その趣味に耽（ふけ）る人。ひとつは、作法を習って茶を一種の行儀作法と解釈する人。いずれも茶の湯の静閑なる気分を味わい楽しむということにあるようだけど、物事にこだわり形に執着するあまり、本来の目的を忘れているように思われます。

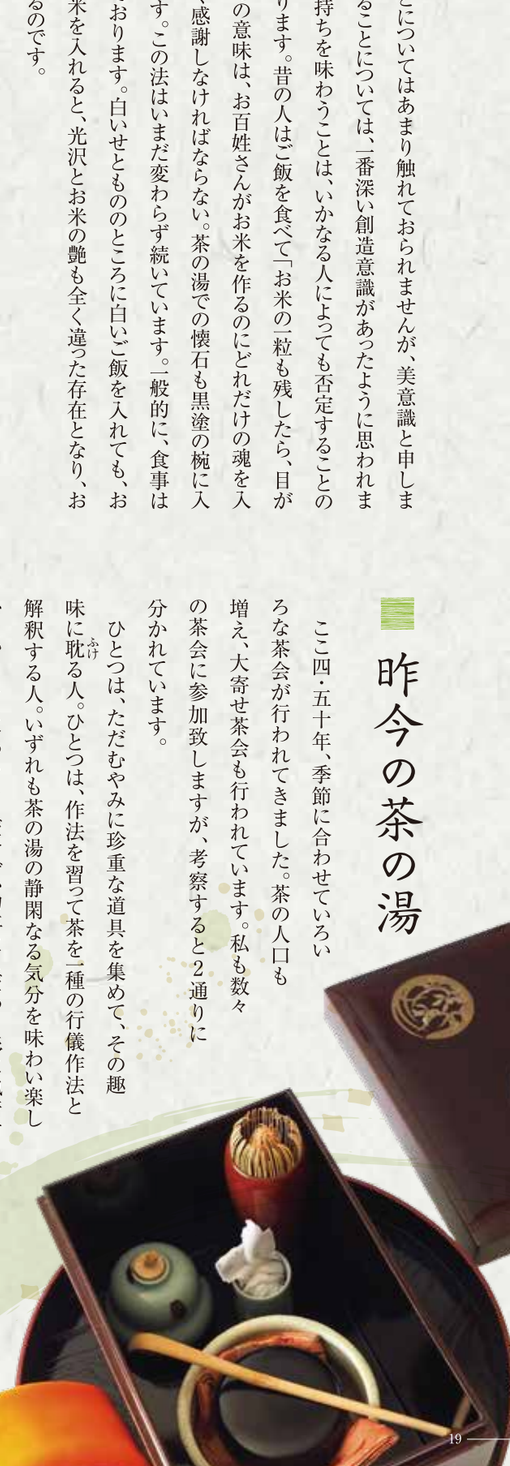


Image photo

Image photo

日常にお茶一服

2020年に入り、新型コロナ感染症の拡大によって世の中は混迷を深め、私たちは今までと違った生活様式を強いられるようになりました。「人と人との接触を控える」ための試みが行われてきました。

茶会なども取りやめになっています。昔ながら行われていた一椀の濃茶を数人でいただく飲み回しがコロナの影響でなくなり、各服点（かくふくだて）といって各々が茶碗を別にしていただくようになりました。特にこれが続くと非常に寂しく思います。

学び（稽古）は、常に自分の位置（考え）をさまざまな視点から眺めることに先人達は今日まで伝統を守ってこられました。一つの考えに凝り固まってしまうと物事は停止してしまうのです。停止しないためには、常にどのように修正が必要かを考えなければならないのです。これには覚悟と勇気の意識が最も大切なのです。

Image photo

茶の湯は、自然を基本的につくり上げたものであります。

茶席では日常の生活感をとり除き、諸道具を持ち出し、無の境地となり心が動かせるのです。心はどこを探しても、これといってあるわけではないのです。物あればモノに、音あれば音に、香りあれば香りに、つまり自分以外の対象物が出てくると心というものが表れます。モノあれば出てくる、あくまで人間的なものです。モノと見定めるのが心なのです。茶器と見たら茶器、それが心です。茶器を大切にするということは、茶の湯の精神〝面白味〟が茶器の中に隠されている心を語るもので、茶の湯諸道具を除外しては、茶の湯の本当の心は解からないかも知れません。古い資料を調べて頭で茶の湯を理解することはむずかしいと思います。

亭主の愛用される諸道具に歴史があり、謂われがあり、茶の湯の深さをより肌で感じ、心が動かされるのです。価値のあるもの、味わい深いもの、それを光らせてこそ、そのものが活かされるのです。人と人がふれあい、自分自身が素直に感じたことを「言葉」に出してこそ、席中が楽しくなるのです。諸道具の問答が会話の始まりですが、その諸道具のものを尋ねるだけで終わらず、そのものに感じたことを「言葉」に出して語り合っていただくと大変有難く思うのです。例えば、茶席で亭主が床の間の花入れに花を入れておられます。亭主が心して入れられた花がどのように床の間にあって、どのような季節感があるかを感じながら「言葉」に出して会話していただくもので、花材を問いただすのでは、その真意が感じられません。すべての茶会に使われる諸道具も、名器・名品であっても銘や作家を確認するだけでは、なかなか茶の湯の理解は得難いものです。

日常茶飯事、湯を沸かし、食事の後に一服の茶を楽しみ、それを毎日続けることで、自分に合ったお茶、お菓子との味わい方も自然に好みができてくるのです。相手に差し上げる場合は、相手の心を思いやって、自分が先に立つのではなく相手に譲る。そのことが自分の心を穏やかにして、正しい判断ができる精神的な茶の湯としたいと願っております。

梅と椿と松

萩焼

左入黒茶碗

佐伯江南斎（良一）
（さえきこう なんさい）

Profile

■1943年　2月1日 大阪市船場 出生
■1965年　武者小路千家家元13世有隣斎宗匠に師事
■1969年　各地に茶道花道普及に教室開設
■1979年　13世有隣斎宗匠乱飾り授与
■1981年　佐伯家4代目遠州流本部家元（江南斎）襲名

著書　「茶花の入れかたQ&A」・「四季の茶花」
　　「茶事」他

お正月・新年会
食べて呑んで楽しむ前に
ダイエットサプリメント「漢減整（かんげんせい）」

お正月に新年会、もっとも体形の変化に焦りやすい季節。『たくさん食べる前に飲むと安心！』とお声が多いという「漢減整」。プラセンタのUTP社が開発した今話題のダイエットサプリだと言います。

過熱するブームとともに魅力的なキーワードを掲げるダイエット商材たち。しかしながら、急激な変化による体調不良やリバウンドなど、問題も増加傾向のようです。その問題を解決する鍵が〝自然の恵み＋プラセンタ〟にあると言います。

大多数が一度は挫折の経験があると言われるダイエット。努力して痩せてもリバウンドや、かえって不調を抱えるなど、痩せることが体質に合わないこともあります。人間にはそれぞれ体質にあったベストな体形があります。プラセンタの恵みは一言では語れませんが、その人に合った身体に整えることもそのひとつ。

そんな**プラセンタの恵みを生かし、むくみ、脂肪、血糖値、ホルモンバランスをキーワードに処方したダイエットサプリメント「漢減整」**。古来より伝わる生薬の処方に〝プラセンタ〟を絶妙に配合。これにより、やさしく作用し最適な身体に整えると言います。

さらに、配合された〝**ブラックジンジャー（黒ショウガ）**〟にも刮目。

- ●腹部の脂肪を減らす
- ●筋肉に作用し歩く力を維持する（筋肉強化維持）

この2つで**機能性表示食品の届出が受理された成分**は、脂肪を減らすだけでなく筋肉強化維持により、効果的に脂肪を燃焼することが期待できます。

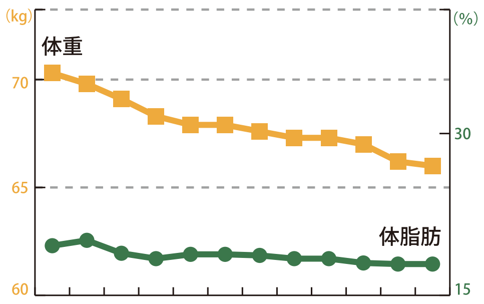
この他にも、糖質の吸収を抑制して血糖値の上昇を緩やかにする〝桑葉エキス〟、リラックスや安眠をもたらす〝カモミールエキス〟が、やさしく作用し自然と理想のボディに導くと言います。

様々な価値観が生まれる今、「痩せる＝美しい」ではないと多くの人が気付きはじめました。世界的には、ありのままの身体（ボディ）を前向き（ポジティブ）に愛そうという「ボディポジティブ」が広がっています。また、自分の身体に合った理想的なボディを目指す「ボディニュートラル」という考えも生まれています。

痩せるためではなく、**健康的に自分の身体に合った理想的なボディを目指す「漢減整」**。多様化する価値観の中で不変的なダイエットサプリメントと言えるでしょう。

かんげんせい
漢減整 120粒（4粒×30包）（税込￥9,720）

モニター報告 39歳（男性）身長171cm（3カ月）



なんとなく食欲が落ち着く気がします。本格的な走り込みなどせず、お酒もラーメンも気ままに食べて…なんと、ベルトの位置が2つも減りました。息子にも見直された（ようで）、得した気分です。

※個人の感想であり、効果効能を保証するものではありません。

用途に応じて使い分け可能！ UTPのプラセンタケア

UTP Universal Transcend Planning

～プラセンタ サプリメント～

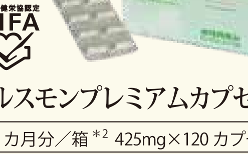
お口から全身の健康へ

オーラル プラセンタ 医学研究会 推奨商品
プラセンタ含有食品
(公財)日健栄協認定 JHFA

プラセンタカプセル OP
約15日分／箱*2　425mg×60カプセル
歯科専売品　（税込￥6,264）

たしかな実績！プレミアムクラス！

プラセンタエキス純末*1 320mg
プラセンタ含有食品
(公財)日健栄協認定 JHFA



メルスモンプレミアムカプセル
約1カ月分／箱*2　425mg×120カプセル
医療機関専売品　（税込￥15,120）

プラセンタはこんな時におすすめです!

- □口腔内の違和感や年齢による変化を感じた時に
- □若々しさを保ちたい
- □家庭でセルフケアに
- □口腔内のネバつきや渇きが気になる時
- □歯列矯正中の不快感に
- □健康なピンクの歯茎を維持したい時
- □その他口腔内に悩みに

～プラセンタ ジェル～

健康的な歯茎のため

CL line
口中ジェル

50g
医療機関専売品　（税込￥1,980）

*1：プラセンタエキス純末：プラセンタエキス（液状）から水分を除去し、そこに余分な成分を加えていない状態。
*2：1日4カプセルお召し上がり頂いた場合

卸価格は下記までお問合せくださいませ

お取り扱いご希望の方は、お気軽にお問合せくださいませ
株式会社UTP 指定代理店 **株式会社 コンフォート** ☎06-6271-1511
〒541-0057 大阪市中央区北久宝寺町1-2-8 コンフォートビル3F

歯科金属 高価買取りサービス

『まずは、無料買取りセットをお申込みください。』

スピード買取りの流れ

1. 宅配便にてお預かり
2. 電子計測器で分析
3. 査定結果をご連絡
4. お買取り、お振込み

実働わずか4日間で査定完了

	分析手数料	買取り価格	精錬手数料
当社	0円	当日相場の98%	Pd 90円／g Au 50円／g
他社一例（訪問買取の場合）	6,000円	当日相場の95～96%	Pd 120円／g Au 50円／g

※上記価格は予告なしに変更される場合がございます。※2020年9月現在。

※万一、買取り価格にご納得がいかない場合は、お送りいただいた歯科金属をご返却させていただきますが、不純物を前処理（焼成）する分析作業により、状態（形状）が変わってしまう場合がありますので、ご了承ください。（金属価値が変わることはございません）

【お客様の声】

◆すぐに買取りセットが送られて来てびっくりしました。買取りスピードと買取り価格の両方に大変満足しております。知人にも勧めておきました。これからも依頼させていただきます。

◆初めての金パラ製品の売却時は不安だったのであらかじめフリーダイヤルで問い合わせしました。スタッフさんがいろんな質問に的確に対応してくれ、買取りにも満足だったので、それからは宅配買取でお願いしています。

◆どこに歯科用金パラを買取り依頼に出そうかとネットで探していましたが、SICは価格をわかりやすくオープンにされていたので、誠実さと信頼感が感じられて安心できました。金パラを買取りボックスで送ると、本当に即日換金してくださったのが嬉しかったです。これからも宜しくお願いします。

歯科金属スクラップ買取り
https://sic-m.net/scrap
■株式会社SICでは、歯科金属買取り事業にて得られた利益の1%を日本赤十字社を通して寄付しております。

歯科金属買取りのSIC　0120-920-507
株式会社 SIC　古物商許可番号:大阪府公安委員会 第621060170808号
〒541-0057 大阪市中央区北久宝寺町1丁目2−8
Tel_06-6271-8333　Fax_06-6271-1512

医療機関専売品
Online Shop
ドクターズコスメ・サプリ

Online Shop〈販売受託会社：株式会社コンフォート〉
TEL 06-6271-3038（平日11:00～17:00）

ご購入はこちらより

健 康 考

ヨガの呼吸法を取り入れ、表情筋を鍛えるエクササイズ

顔ヨガ

大阪府歯科医師協同組合　理事　山根木 裕代

Image photo

コロナが始まり、マスク生活も約3年になろうとしています。3年という月日が過ぎたこともありますが、顔のたるみが気になり、老けたような気がしませんか？

顔が怖い、表情がない等、マスクを付けたままだと顔の動きが抑えられて、知らず知らずのうちに筋肉を動かさずに話しているようです。筋肉は動かさないと固くなり、筋力が落ち、たるみに繋がってしまうのです。

表情筋を動かし、しなやかな筋肉をつける

顔には約60個の表情筋があり、それを動かすことで様々な表情を作っています。体の筋肉と同様に、顔も筋肉を収縮し刺激することで、血行やリンパの流れ、新陳代謝を促進し、しなやかな弾力を保つことができます。

しかし、筋肉を使わず同じ表情ばかりしていると、筋力は衰えて固くなり、表情癖が付いてしまいます。筋肉の【いくつになっても鍛えることができる】【結合組織が伸ばされて戻る】といった性質を利用し、伸びて固まった筋肉を収縮させて弾力を取り戻すことで、むくみやたるみ、目の下のクマの改善、引き締まった小顔、美肌を手に入れることができます。では、どのように顔の筋肉を動かせば良いのでしょうか？　そこで今回は「顔ヨガ」をご紹介いたします。

＼ 組合員の皆様へ ／

診療中の予期せぬ“偶発症”の対応に備えていますか？

大阪公立大学大学院救急医学 教授 溝端康光氏 監修

「緊急薬剤セット」のご案内

監修　教授 溝端康光氏のご紹介

溝端教授は、日本救急医学会理事、日本外傷学会理事、日本臨床救急医学会代表理事など、多数の学会・委員会の要職に就かれ、令和2年には大阪全域の救急医療体制構築や救急救命士の教育、救急業務の推進に貢献された功績で「救急功労者総務大臣表彰」を受賞されています。

大阪公立大学大学院医学研究科・医学部医学科 救急医学　教授
大阪公立大学医学部附属病院 救命救急センター長
大阪公立大学医学部附属病院 集中治療部 部長

偶発症の対応時に整備しておくべき薬剤を提供することを目的とした、

歯科クリニック限定「会員制 緊急薬剤常備ネットワーク」

を発足しました。会員になると「緊急薬剤セット」のお届けの他、さまざまな特典があります。

会員特典

1. 溝端教授監修の「緊急薬剤セット」をお届け。※1
2. 初回セットには、溝端教授監修の「偶発症の対処方法及び緊急薬剤の使用方法」を収録したDVDを付属。
3. 緊急薬剤の使用期限については「緊急薬剤常備ネットワーク」を運営するフォーサイテック（株）が管理を行い、1～1.5年毎に新しい薬剤を自動的にお届け。※2
4. 薬剤を使用された場合、無償で補充薬剤をお届け。※3
5. 添付書類の更新や重大な副反応情報などの最新情報を随時 お知らせ。

年会費

初年度
33,000円（税込）

2年目以降
16,500円（税込）

※セット・補充薬剤の送料込み

※1.「緊急薬剤セット」（推奨薬剤）の他に、追加薬剤（別途有料）のご要望につきましては、お問い合わせいただきますようお願いいたします。また、初回セットは受注生産のため、お申し込みからお届けまで1か月程のお時間をいただきます。※2.弊社では、薬剤師により薬剤のパッケージや使用期限等には細心の注意を払い管理させていただきますが、ご使用の際には、必ず薬剤名や使用期限を確認いただけますようお願いいたします。※3.推奨薬剤以外の追加薬剤の補充については、有料となります。

まずは 大阪府歯科医師協同組合事務局までご連絡ください。

<お問い合わせ・お申込み> TEL：06-6796-8602

FORSITECH
TEL：03-6222-9598／FAX：03-6222-9517
フォーサイテック株式会社は大阪府歯科医師協同組合と提携しています。

フォーサイテック
歯科緊急薬剤
常備ネットワーク
https://forsitech.co.jp

「顔ヨガ」とは、ヨガの呼吸法を取り入れ、普段あまり使わない表情筋を鍛えるエクササイズです。

マスクをしていると緊張感が薄れ、口が半開きの状態になりがちです。マスク禍の今こそ顔を動かすことが大切です。顔ヨガでしなやかな筋肉をつければ、「小顔」「若顔」「素敵な笑顔」、さらに「肌のハリ」も手に入れることができます。

顔ヨガの期待できる効果

- 表情ぐせの改善
- たるみ、むくみの予防・改善
- シワ、くすみの予防・改善
- 小顔効果
- 自然で美しい笑顔
- 前向きなセルフイメージ
- 活舌が良くなる（語学の発音向上）
- 誤嚥防止
- 顔の緊張を解く、リラックス効果
- 脳の活性化（ボケ防止）　等々

ゆっくりした動き・ヨガの深い呼吸で期待できる効果

- 筋肉を柔軟にして弾力を取り戻す
- 筋肉や肌に酵素や栄養を行き渡らせる
- リラックス効果
- 集中力を高める
- 筋肉を意識しやすくなる

顔ヨガを行う際のポイント

- 顔と体は1枚の皮膚でつながっています。ポーズを行うときは姿勢を正しましょう。
  ※姿勢を整えるだけでフェースラインは締まります。
- 座って行う際は、足を地面につけて（母指球と踵（かかと）の中央で踏む）、足の人差し指を平行にし、ひざは90度に近い角度に曲げ、座骨をたてて椅子に垂直に座ります。
- 体を揺らしながら力を抜いて、まっすぐ上に伸びる。（腕を上げると伸びやすいです。）
- 肩の力を抜いておなか（丹田）に力を入れる。（手のひらを外旋するくらいの肩の開きで大丈夫です。）
- 基本は鼻呼吸。呼吸を止めずに行う。（口から吐くこともある）
- 鍛えたい筋肉を意識してポーズをおこなう。（鍛えない箇所は力を抜く）
  ※ポーズをおこなった後、使った感覚があるくらいに力を入れて下さい。中途半端にすると効果が期待できません。
- 鏡で筋肉の動きを確認しながらおこなう。

それではエクササイズを始めてみましょう！

基本的にエクササイズは左右対称にバランス良くおこなってください。縮める動きをした後は、必ず伸ばす動きをしましょう。

エクササイズをする前と後に写真を撮って見比べると変化を実感しやすくなります。なりたい自分をイメージしながらポーズをおこないましょう。

Image photo

土台である口元の口輪筋を鍛えることが大切です。
土台が崩れると、なだれが起きます。
つまり口元が緩むと
顔全体がたるんでしまうのです。

顔ヨガポーズ

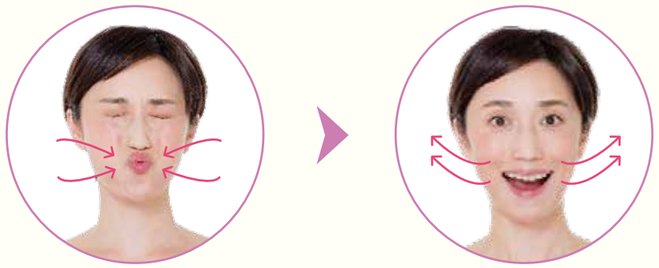
くちゃくちゃぱっ（顔全体の筋肉）

効果

◎顔全体の血行
◎リンパの流れを促進
◎むくみの改善
◎表情筋の緊張緩和
◎美肌効果
◎顔をすっきりさせる

1 鼻から大きく息を吸い込む。口から息をシューッと吐きながら、顔のパーツを中心に集める。

2 息を吐ききったら、パッと目と口を開く。最後に目と口を閉じて、顔が温まった感覚を味わう。



ムンクの顔（下眼瞼筋）

効果

◎目の下のたるみ
◎むくみ解消
◎クマの改善
◎顔のストレッチ

1 口を縦長に開き（「お」の口）、ほうれい線を伸ばすイメージで少し鼻の下を伸ばす。目の下の伸びを感じればOK。

2 口の形をキープしたまま目線を上げ、顔を上下に10秒ほど引っ張って伸ばす。

手始めに朝起きて1回、帰宅後マスクを外して顔ヨガをする。できる方は何回してもいいでよ。まずは2週間、毎日続けてみてください。周りから「なにか変わった？」「少し痩せた？」など言われるようになるかもしれませんよ。

POINT

顎が上に上がらないように意識しましょう。
おでこにシワが入る時は手のひらで眉が上がらないように押さえます。

プロフィール

Maki（日野谷 まき）

顔ヨガ・
アドバンスインストラクター
「顔ヨガRise」主宰

体の不調をヨガで改善した経験から、顔も体同様に鍛えられるのではと考え顔ヨガを学ぶ。
現在オンラインでレッスン開催中!

お問い合わせはこちらから

https://kaoyoga25.wixsite.com/rise

対象のVOLVO新車を、車両本体価格より最大11%OFF でご購入いただけます。

OK Google　ボルボは全車、Google 搭載。シームレスなあなただけのドライブ体験。

S60

SPECIAL OFFER 最大7%OFF（最大約53万円OFF）

S60 Ultimate B4	¥6,590,000 ▶¥6,128,700
S60 Recharge Ultimate T6 AWD plug-in hybrid	¥8,890,000 ▶¥8,356,600

S90

SPECIAL OFFER 10%OFF（約108万円OFF）

S90 Recharge Ultimate T8 AWD plug-in hybrid	¥10,890,000 ▶¥9,801,000

XC40

SPECIAL OFFER 7%OFF（最大約40万円OFF）

XC40 Plus Pro B3	¥5,090,000 ▶¥4,733,700
XC40 Plus Pro B4 AWD	¥5,390,000 ▶¥5,012,700
XC40 Ultimate B4 AWD	¥5,790,000 ▶¥5,384,700
特別仕様車	
XC40 Ultimate B4 AWD Dark Edition	¥5,790,000 ▶¥5,384,700

V60

SPECIAL OFFER 7%OFF（最大約53万円OFF）

V60 Plus B4	¥5,590,000 ▶¥5,198,700
V60 Ultimate B4	¥6,590,000 ▶¥6,128,700
V60 Recharge Plus T6 AWD plug-in hybrid	¥7,690,000 ▶¥7,228,600
V60 Recharge Ultimate T6 AWD plug-in hybrid	¥8,890,000 ▶¥8,356,600
特別仕様車	
V60 Ultimate B4 Dark Edition	¥6,590,000 ▶¥6,128,700

V60 Cross Country

SPECIAL OFFER 7%OFF（最大約52万円OFF）

V60 Cross Country Plus B5 AWD	¥6,390,000 ▶¥5,942,700
V60 Cross Country Ultimate B5 AWD	¥7,440,000 ▶¥6,919,200

XC60

SPECIAL OFFER 最大10%OFF（最大約89万円OFF）

XC60 Plus B5	¥6,890,000 ▶¥6,201,000
XC60 Ultimate B5 AWD	¥8,190,000 ▶¥7,371,000
XC60 Recharge Plus T6 AWD plug-in hybrid	¥8,740,000 ▶¥7,953,400
XC60 Recharge Ultimate T6 AWD plug-in hybrid	¥9,990,000 ▶¥9,090,900

V90

SPECIAL OFFER 最大11%OFF（最大約110万円OFF）

V90 Ultimate B5	¥9,040,000 ▶¥8,045,600
V90 Recharge Ultimate T8 AWD plug-in hybrid	¥11,090,000 ▶¥9,981,000

V90 Cross Country

SPECIAL OFFER 11%OFF（約101万円OFF）

V90 Cross Country Ultimate B5 AWD	¥9,240,000 ▶¥8,223,600

XC90

SPECIAL OFFER 最大11%OFF（最大約124万円OFF）

XC90 Plus B5 AWD	¥9,040,000 ▶¥8,045,600
XC90 Ultimate B6 AWD	¥10,840,000 ▶¥9,647,600
XC90 Recharge Plus T8 AWD plug-in hybrid	¥10,890,000 ▶¥9,801,000
XC90 Recharge Ultimate T8 AWD plug-in hybrid	¥12,440,000 ▶¥11,196,000

一部対象外のモデルもございます。詳しくはセールス・スタッフ までお問い合わせください。

●写真は海外仕様。日本仕様は右ハンドルになります。また、一部オプション/アクセサリー装着車となります。●表示価格はメーカーオプション/アクセサリーの価格、税金、保険料、登録の諸費用、リサイクル料金を含まないメーカー希望小売価格であり、参考価格です。消費税は表示価格に含まれます。●販売価格はボルボ・ディーラーが独自に定めておりますので、お問い合わせください。● Google 、Google Play 、Google マップ は Google LLC の商標です。● Google マップ 、Google アシスタント、Google Play は4年間無償でご利用いただけます。それ以降のご利用は有償となります。●提供サービス開始時期は、機能により異なります。●記載の内容は、2023年1月1日現在のものであり、予告なく変更される場合があります。●店舗にご希望モデルの展示車および試乗車のご用意がない場合がございます。●詳しくは、ボルボ・ディーラーへお問い合わせください。

0120-55-8500
（9:00～18:00 年中無休）
volvocars.jp

ODC Forward 限定

提携特別ご優待実施中

「大阪府歯科医師協同組合 組合員」である旨お知らせください。

最寄りの正規ボルボ・ディーラーへお問い合わせください

ボルボ・カー 岸和田
〒596-0044 岸和田市西之内町9-59
TEL：072-436-0121

ボルボ・カー 東大阪
〒577-0003 東大阪市稲田三島町1-3
TEL：06-6753-8600

ボルボ・カー 東住吉
〒546-0003 大阪市東住吉区今川4-6-11
TEL：06-6777-4920

ボルボ・カー 大阪中央
〒550-0013 大阪市西区新町1-27-5
TEL：06-6531-5401

ボルボ・カー 千里
〒565-0862 吹田市津雲台7-1-18
TEL：06-6871-6511

ボルボ・カー 香里園
〒572-0073 寝屋川市池田北町7-16
TEL：072-839-4907

ボルボ・カー 堺
〒591-8025 堺市北区長曾根町3064番6
TEL：072-251-4907

車両詳細は
こちら

無限の可能性を秘めた女子ゴルファーが教える
これだけは身につけておきたい

ゴルフ基本中の基本

基本をマスターすることこそ、レベルアップの最短ルート

講師／鈴木 海咲 選手

夢に向かってひたむきに努力を続ける選手が、ゴルフの基本をレクチャー。
初心者ゴルファーはもちろん、ベテランゴルファーも基本に立ち返ることで、
壁を乗り越えることができるはず!基本をマスターして迷宮を抜け出しましょう!

ミスショットの克服 ～ダフリ編～

皆さん、こんにちは。鈴木海咲です。今回の誌上レッスンでは、アイアンショットのミスショットとして、誰しもすぐに思い浮かべる「ダフリ」について解説させていただきます。ティショットが会心の当たりで、絶好の位置にボールを運べた、「よし、このホールはバーディーかも!」なんて頭によぎった次のショットで大ダフリ。バーディーどころか、パーもとれず、結局ボギー。こんなケースはアマチュアの方なら一度や二度は必ず経験されていると思います。今回のレッスンではアマチュアゴルファーを悩ませる「ダフリ」を防ぎ、バーディーチャンスにつけられるアイアンショットの実現をテーマにレクチャーしていきます!

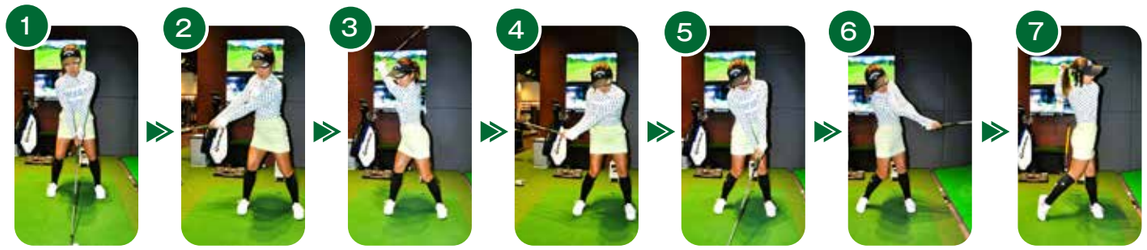
ターフをとろうという意識がダフリを誘発する

アイアンショットで付きまとうミスショットの代表格「ダフリ」。ダフリで悩んでおられるアマチュアゴルファーの大半が、プロゴルファーのようにきれいにターフをとって、最高のショットを打ちたいと考えておられるようです。最高のショットを打ちたいのはゴルファーなら当然のことなのですが、プロのようにターフをとるショットが理想だというのは間違いです。

アイアンショットの基本は、スイングの最下点の手前でボールをヘッドでとらえる「ダウンブロー」。ひと昔前のアイアンショットは、ダウンブローでしっかりとターフをとってボールを上げ、バックスピンをかけてボールを止めるというのが主流でした。しかし、今どきのアイアンは意識的にスピンコントロールしてボールを上げる必要はなく、ロフト角が勝手にボールを上げ、止めてくれる構造になっています。つまりターフをとらなくても、楽にボールを上げられ、止めることができるわけです。「ダフリ」で悩んでおられる方の中には、ターフをとる意識が強すぎて、ついダフってしまうケースも多いはず。もっとクリーンにボールをとらえる意識を持てば、ダフリは激減するはずです。

POINT
クリーンにボールを
捕らえる意識で
ショットを

ここ数年のクラブの進化により、意識的にダウンブローで打たずとも、ロフト角がボールを上げ、止めてくれる



猫背のアドレスでは、ダフリが出るのは当たり前

「ダフリ」が生じるメカニズムは簡単です。インパクトで正しい位置にヘッドが戻ってこず、ボールの手前の地面を叩いてしまうから。これを防止するには、まず基本のスイングに問題がないかをチェックしてみることです。

特に重要なのがアドレスの形。頭が下がって猫背になっていては、もはやダフリしか出ません。スイング中のチェックポイントとして、**ダウンスイングで右肩が落ちていないか、右肩が前に突っ込んでいないか・・・**を確認してください。このような間違った動きを修正するだけでダフリ防止に効果があります。

POINT
ダウンスイングで
右肩が落ちていないか、
右肩が前に突っ込んでいないかを
確認すること

右肩が前に突っ込んで
しまっている
ダウンスイング

右肩が落ちてしまっている
ダウンスイング

猫背になったアドレスも
ダフリの原因

アドレスではリラックスを心がける

冒頭、ナイスショット後にダフリが出て、バーディーどころか結局ボギー、といったケースがよくあると紹介しましたが、要因は知らず知らずのうちに力んでしまっていることがほとんどです。その力みが一番現れるのがアドレスなのです。

アドレスでは上半身はリラックスし、下半身はどっしりと構えるのがセオリー。アドレス時に余計なことを考えすぎて、体全体に力が入っては元も子もありません。

上半身の力みは、まず肩の力を抜くことで解消されます。肩を上下させれば自ずと肩の力も抜けて、上半身の力みもなくなるはずですが、それでも力が入ってしまう方もおられるでしょう。そんな方は、**ボールへの意識を極力減らす**という方法で力みを取り去ることが可能です。とにかくボールをはっきりと見ず、ボーっと大まかにボールを見ること。レッスンではボールをよく見て打つ・・・と教わることも多いですが、見過ぎるのも良くありません。アドレスに入る前まではボールをしっかり見て、いざアドレスに入れば、それほどボールに意識を持たず、さっと見るだけ。アドレスに入ってしまえば、あとは打つだけですから、目をつぶってショットしてもいいくらいなのです。これで体の力みが減り、ダフリも激減するはずです。

POINT

肩の力を抜いて、力みを取ってからアドレスに入ろう

ボールを見過ぎるのも良くない。これくらいの大きさにボールを見ると力みも取れる

ボーっと大まかにボールを見ることで、ダフリを減らすことができる

「ビハインド・ザ・ボール」は意識しない

プロゴルファーのスイングを見ていると、インパクトの瞬間にボールよりも頭が後ろにある「ビハインド・ザ・ボール」になっていることが多いですね。「ビハインド・ザ・ボール」は意識してるものではなく、あくまで完成されたスイングの中で自然になるものです。アマチュアの中には「ビハインド・ザ・ボール」を意識しすぎて、これが原因でダフリにつながっているケースもあります。アドレス時の前傾の角度を変えることなく、体の回転でスイングすることで、「ビハインド・ザ・ボール」になるわけですが、意識しすぎて前傾角度がアドレス時より深くなってしまい、右肩が下がって、ボールの手前でクラブヘッドが地面に当たり、結果ダフるという流れです。「ビハインド・ザ・ボール」は前傾角度を崩さないのが基本。

つまりアドレス時のボールとの距離感を保ったままスイングすれば、自ずと「ビハインド・ザ・ボール」に近いスイングをつくりだすことができるというわけです。ですから、**アドレス時のボールとの距離感を保つこと**が「ビハインド・ザ・ボール」を生み出し、結果ダフリも減らすことができるのです。

アドレスでは、肩の力を抜いてリラックス。「ビハインド・ザ・ボール」は前傾角度を崩さないのがポイント！

「ビハインド・ザ・ボール」を意識しすぎて前傾角度がアドレス時より深くなってしまい、右肩が下がって、ダフリになるケースも

アドレス時のボールとの距離感を保ったままスイングすれば、自ずと「ビハインド・ザ・ボール」になる

過度な体重移動は禁物

ダフリは様々な要因から生まれるミスショットですが、最後に紹介するのがスイング中の過度な体重移動です。

アイアンショットは飛距離よりも、コントロールを重視しますから、ドライバーほどの体重移動は必要としません。アドレスでは5：5、トップでは右6：左4、インパクトでは5：5、もしくは若干左に乗っている程度。トップでの6：4は体重移動を意識しなくても、バックスイングの勢いにより右内もで体重を受け止める形で力を入れるだけなので、実際はほとんど体重移動していません。意識的な体重移動は必要とせず、逆に意識してしまうと、バックスイングで体、もしくは腰が右にスライドするスエーの状態となったり、必要以上に大きく振りかぶってしまうオーバースイングとなって、逆に左足体重の原因となります。スエーやオーバースイングではスイング軌道が安定せず、ダフリにつながってしまいます。

POINT

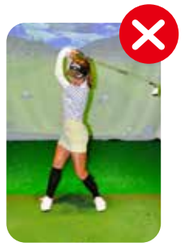
アイアンショットは、コントロールを重視！体重移動を意識しなくても大丈夫逆に意識すると、スエー状態やオーバースイングとなり、ダフリにつながってしまう

アドレスでは5：5

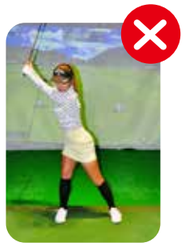
トップでは右6：左4

インパクトでは5：5、もしくは若干左に乗っている程度

オーバースイングも禁物



スエーも軌道が安定しない



実際は、ほとんど体重移動なし！これでミスショットが減り、絶好の位置にボールを運べます！

Campaign 大阪府歯科医師協同組合の方に限り

ニューイヤーキャンペーン

2022年12月16日から2023年1月31日までに
「心斎橋ゴルフスタジオ」にご入会いただいた方は

入会金 と **初月会費** が **無料！**

※ご入会いただくにあたり、初回診断料（2,000円）と事務手数料（2,000円）は別途申し受けます。
※ご予約時に「大阪府歯科医師協同組合員」である旨、お伝えください。

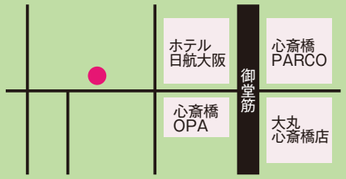
Profile

鈴木 海咲 （すずき みさき）

1998年12月16日生まれ。大阪府出身。父の勧めで10歳からゴルフをはじめ、クラブを握ったことがない状態から1年半ほどで関西小学生ゴルフ選手権本選出場を果たす。ジュニア時代には数々の試合で好成績を残し、高校は卒業生にトッププロも名を連ねる大阪商業大学高等学校に進み活躍。大学は屈指の強豪校として知られる大手前大学へと進学。4年時にはキャプテンを務める。153センチと小柄ではあるが、「曲がらない」というドライバーの精度はかなり高く、落としどころが限られたホールでも果敢にドライバーで攻めていく。パッティングも得意とし、飛距離は出ないながらも果敢にバーディーを狙うプレースタイルが真骨頂。

■ご予約・お問い合わせ先／TEL 06-6786-8620
■営業時間／月～金曜日10:00~22:00　土・日曜日9:00~21:00

心斎橋 GOLF STUDIO RISING LADIES
大阪市中央区西心斎橋1-10-15
ヴィアイン心斎橋 1F



「Mieleビルトイン機器」と「ワーレンドルフ（旧Mieleキッチン）」が一堂に見られる

GLOBE inc. SHINSAIBASHI 《グローブ心斎橋ショールーム》

NEW ホームページが新しくなりました。

https://www.globeinc.co.jp

「大阪府歯科医師協同組合員様」だけの特別なオファーをご用意!

2次元バーコード又は下記アドレスから
グローブに会員登録をされますと
後日、特別オファーの詳細をメールでお返しいたします。

https://v.bmb.jp/bm/p/f/tf.php?id=globe_2021&task=regist

本誌同封のファックスシートからも資料請求を受け付けております。

株式会社 グローブ ミーレ正規代理店
〒542-0081 大阪市中央区南船場3-9-15 御堂筋武田ビル4F
TEL.06-6252-0102
OPEN -10:00~17:00　定休日 毎週水曜日/年末年始/お盆/GW
※完全予約制　※誠に勝手ながら小さなお子様はご遠慮ください。

※お車でお越しの方／駐車場はございません。お車でのご来店の際は近隣のコインパーキングをご利用下さい。
※電車でお越しの方／地下鉄御堂筋線心斎橋駅下車、徒歩5分

通常は完全紹介制でご参加いただいている
女子プロ・研修生とラウンドするゴルフ競技会へ
大阪府歯科医師協同組合組合員様・賛助会員様を
特別価格でご優待

50,000円の参加費を40,000円※（税込）に!
（コンペ参加費、パーティー代、昼食代込み）
※プレーフィーは別途個人精算となります。

第9回 ライジングレディースカップ 2023

心斎橋GOLF STUDIO RISING LADIES　ゴルフタイランド LOVE GOLF THAILAND

開催趣旨
アマチュアゴルファーが大会を通じて女子プロゴルファーを目指す選手との交流をはかり、
継続的に選手を応援することを趣旨として開催します。

■開催日 2023年3/21（祝）※ スタート:7時30分(予定)
■協力会場 伏尾ゴルフ倶楽部 大阪府池田市中川原町16-3 TEL:072-751-4418
■主催 ライジングレディース 心斎橋ゴルフスタジオ
■共催 ゴルフタイランド
※新型コロナウィルスの影響をはじめ、諸々事情により開催日程などが変更となる場合もございます。ご了承ください。

	女子競技者の部　33名(予定)	サポーター(アマチュア)の部　99名(予定)
参加資格	アマチュア資格が無い研修生及び2023年プロテスト受験予定者(女子) 主な出場予定選手 鵜飼 桃、江口紗代、小野 星奈、加藤沙弥、北村 優奈、鈴木 海咲、西田 茉楓、松原果音、三浦 菜緒　他	日本ゴルフ協会の「ゴルフ規則」を遵守いただける方 ※必ず3名様でのご参加、且つ3名様のハンディキャップ合計84以内
競技方法	①18Hストロークプレー ■東→南、南→西、西→東　各コース11組に分かれて競技 ■各コースで順位付け　優勝者3名決定 ②18Hスキンズマッチ ■東→南、南→西、西→東　各コース11組に分かれて競技	18Hダブルペリア方式 上限36 ■東→南、南→西、西→東　各コース11組に分かれて競技 ■各コースで順位付け
	③混成ニアピン賞　■合計6ホール	
賞金(女子競技者) 賞品(サポーター)	①各コース　優勝:10万円、2位:5万円、3位:4万円、4位:3万円、5位:2万円、以下1万円 ②ニアピン1万円 ③スキンズ5千円	アマチュア規定に準ずる賞品 ■各コース　優勝、ベスグロ、飛び賞

▼参加費

大阪府歯科医師協同組合会員様の優待価格 **40,000円(税込)** 内訳 ●コンペ参加費 ●パーティー代●昼食代
※プレーフィーは別途個人精算となります。

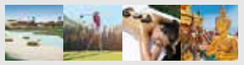
▼参加のお申込みは2月5日まで
※3組限定の先着順となります。
※必ず3名様でのご参加となります。
3名様のハンディキャップ合計84以内でお申し込みください。
代表者様が右記項目をご記入の上下記FAX番号に送信ください。
FAX:06-6654-4790

フリガナ / ご芳名 / ハンディキャップ / お電話番号 ( ) — / メールアドレス / フリガナ / ご住所(ご案内送付先) 〒 都道府県

資料請求　お問合わせ・お申し込みは▶ **0120-562-193** 10:00~17:00(土日祝日以外) 担当者:石田・星山　ライジングレディースカップ 検索

地下鉄心斎橋駅より徒歩3分
心斎橋GOLF STUDIO RISING LADIES

ライジングレディース 心斎橋ゴルフスタジオ
〒542-0086 大阪市中央区西心斎橋1-10-15 ヴィアイン心斎橋1F
TEL:06-6786-8620　FAX:06-6786-8621
https://www.rl-golf.jp

ゴルフの楽園タイでのゴルフツアーなら
ゴルフタイランド LOVE GOLF THAILAND

シェアテック株式会社　大阪府知事登録旅行業者代理業第5551号
〒545-0053 大阪市阿倍野区松崎町2-9-25あべの壱番館1002号
TEL:06-6654-4800　FAX:06-6654-4790
https://www.lgt.golf

伏尾ゴルフ倶楽部

大阪府歯科医師協同組合主催

令和4年度 支部対抗懇親ゴルフ大会

～伏尾ゴルフ倶楽部～

令和4年11月23日(水・祝)、伏尾ゴルフ倶楽部にて「支部対抗懇親ゴルフ大会」を開催しました。総勢153名の先生方にご参加いただきましたが、当日は生憎の雨。その為、ハーフラウンドのみのコンペとなりました。

大会の結果、団体戦の優勝チームは『旭支部』でした!おめでとうございました。(櫻井先生・多名部先生・三浦先生・井上先生・北野先生の5名が参加されました。)ここで、旭支部チームを代表して北野先生にコメントをいただきましたので、ご紹介させていただきます。

西1番ホール

東4番ホール

COMMENT

この度〝団体戦優勝〟という栄誉を頂きまして誠にありがとうございます。今回の優勝に至るまでの経緯を説明させて頂きます。

コンペ1週間前からの天気予報で、連日晴れが続く中、なぜかこの日だけ1日中雨予報80~90%!しかも前日まで、ほぼ晴れマーク!コンペの日まで天気予報を何度もチェックしました。しかし、その予報が覆ることはありませんでした。いつもながら大阪府歯科医師協同組合役員の先生方の素晴らしい企画力で、紅葉が美しい名門ゴルフ場で楽しい仲間とラウンドすることができ、可愛い女子研修生とのニアピン対決もあり…♡それだけに、凄く残念な思いでの参加でした。

しかし意外なことに、我々チームは遅い時間帯の最終スタートが運を引き寄せたのか?不思議と雨に降られずラウンドすることができたのです。旭支部からは5人が参加していたため、三浦先生は別のトップスタート組でラウンドして頂いたのですが、その時間帯は雨が激しかったので心配しておりました…。ところが何と、我が支部の三浦先生は、〝個人優勝〟まで果たされたのです!悪天候の中、これは凄い事だ~!そして私ごとですが、見事に新ペリアルールの隠しホールで大叩き(笑)

これも我が支部団体優勝への貢献か?と、ビミョーな気持ちです。

ドラマチックな1日となりました。良い思い出を頂き、とても感謝しております。

有難うございました。

旭支部 北野 廣人 記

追伸

優勝賞品「すき焼き用牛肉4.8kg」獲ったど~~!!

旭支部チームと心斎橋ゴルフスタジオ所属選手

尚、ホームページの「ODCトピックス」にて、ゴルフ大会当日の写真や、「団体戦」「個人戦」の結果をご覧いただけます。
皆さんお疲れ様でした。

ベストグロス

宮前 守寛 先生
上羽 徹弥 先生

個人戦

優勝 三浦 博志 先生
2位 佐久間 泰光 先生
3位 吉村 誠司 先生

団体戦

優勝 <旭支部>
三浦 博志 先生・北野 廣人 先生

2位 <住吉支部>
佐久間 泰光 先生・南 弘 先生

3位 <淀川支部>
上野 彰夫 先生・相馬 俊一 先生

Black ARMOR II

http://iomic.com/

IOMIC

大阪府大阪市中央区南船場4丁目10番3号
ナガホリ大阪ビル4階 / Tel. 06-6245-1039

3 Color Sticky Evolution 1.8 / 2.3 スティッキー・エボリューション

StickyとEvolutionを融合させたハイブリッド。
グリップ力とソフトな握り心地が共存。

3 Color X-Evolution 2.3 エックス・エボリューション

コードグリップに匹敵するグリップ力をそのままに
細めに仕上げたモデル。

会員制ゴルフショップ ゴルフの館

ニューモデルが 会員価格 でご購入いただけます。

会員登録はお申込票をファックス(ODC事務局へご連絡ください)、
または右記二次元バーコードを読み取りお申込みいただけます。

2023年の
最新クラブが続々入荷!
各種ブランドを多数、
取り揃えています!

MAJESTY PRESTIGIO XII

XXIO 12

XXIO TaylorMade DUNLOP BRIDGESTONE PRGR YAMAHA Titleist Callaway MIZUNO

株式会社 萬栄
大阪市中央区南久宝寺町3-3-11

『ゴルフの館』
TEL:06-6244-8686(直通)
■営業時間 9:30~17:30

近畿歯科用品商協同組合 ―― 私たちもお手伝いさせていただきます ――

歯科医療に安心と信頼を。

私たちは、歯科医療チームを支援し、
地域の健康に貢献します。
ご用命の際は、『近畿歯科用品商協同組合』へ
お問い合わせください。

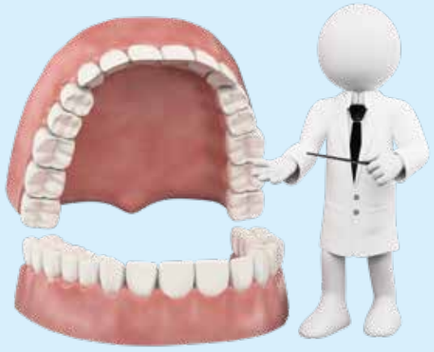
近畿歯科用品商協同組合　TEL 06-6768-6210　受付時間 9:30～17:00（土・日・祝日除く）

私たちは歯科医療の発展に奉仕することによって、広く社会に貢献し、
事業の限りなき発展と組合員のより豊かな生活の実現を目指します。

アシスト	(株)アダチ歯材	(株)池田歯科商店	伊藤歯科器材(株)	岩崎歯科器材(株)
(有)ウエヤマ歯材	(株)宇高歯科商店	エスティデンタル(株)	(有)エヌワイ	大阪歯科器材(株)
岡崎歯科商店	(株)岡村歯科商店	尾崎歯材(株)	(株)加藤歯科商店	(有)共栄ディ・エス
協和デンタル	(有)クニシマデンタル	(株)クロノス	サイトウ歯科器材	堺岩﨑歯科器材(株)
(株)スリー	(株)第一歯科器材	大信貿易(株)	(株)大洋歯科商会	(株)タチバナ
(株)デンタリード	(株)デントスマイル	天満屋島田歯科商店	(株)中西歯材	長尾歯科器材(株)
(有)新田歯科器材	(株)ノ ギ	(株)橋本歯科商店	ハヤサキデンタルプロダクス	阪神歯科商会
(株)P&A	(有)平山歯科商店	廣田歯科商店	藤岡陽商会	藤原歯科貴金属(株)
ブレイブ(有)	(有)誠	(株)ミサワ	(有)ミヤコ歯材社	(株)山田歯科商店
(有)山本歯材	(株)ヨシオカ	若山歯科商店		

（五十音順・敬称略）

一般社団法人 大阪府歯科技工士会 ―― 安心・安全な技工物を提供します ――



入れ歯の安心・安全 歯科技工士が支えています。

歯科技工士は、歯科医療の一翼を担う専門職です。
歯科医師の指示書にしたがって、入れ歯、歯の被せ物、歯の詰め物、矯正装置などの作成や加工、修理を行っています。

一般社団法人 大阪府歯科技工士会　TEL 06-6699-4400　受付時間 9:00～17:00

<大阪市内>
(株)清水歯研　(有)ヒューマンデンタル　(株)デンタルスタジオ　(株)デンタルタイコニウム　(株)シーディーシー
和田精密歯研(株)　Uデンタルラボラトリー　Smile create factory　(有)山本セラミスト

<茨木市>
(有)デンタルクリエーションアート　(株)T・U・M

<河内長野市>
(有)川平歯研　(株)リープデンタルアソシエイト

<岸和田市>
D.L野首

<堺市>
アルプスクラフト(株)　(有)デンタルセラモ

<四條畷市>
(株)畷歯研

<吹田市>
(株)デンタル デジタル オペレーション　デンテックインターナショナル(株)　(株)ナショナルデンタルラボラトリー
(有)千里デンタルラボラトリー

<大東市>
(株)ディーエル・ワールド

<泉南市>
TANAKA義歯製作所(株)

<高槻市>
Bio Design

<豊中市>
ツカサデンタルラボラトリー　(有)永松デンタルラボラトリー

<東大阪市>
本多デンタルスタジオ　(株)ナンゴウヤデンタルラボラトリー　(株)PLEASANT.　アイビー歯科技工所　(株)日研

<枚方市>
(株)ディーエル・ワールド枚方　(有)ナイキ歯研

<守口市>
セイワリファレンス(株)

<八尾市>
(株)サポート

<大阪府外>
岩本デンチャースタディオ　(株)ALBINO

（順不同・敬称略）

自分を守る、みんなを守る栄養療法

日本のハーブ「春の七草」

管理栄養士　備生 千香（びしょう ちか）

Image photo

「せり」「なずな」「ごぎょう」「はこべら」「ほとけのざ」「すずな」「すずしろ」。春の七草です。

これらの7種の野草が入った粥を1月7日の朝に食べる風習が、現代まで引き継がれています。平安時代には7種の雑穀を食べていたと言われ、七草を揃えるようになったのは室町時代からのようです。年の初めに春の野草を摘む「若菜摘み」という日本の風習と、7種の若菜を吸い物にして食す「人日（じんじつ）」という中国の風習が結びついて、1月7日に七草粥を食べるようになったと言われます。

季節の変わり目の特定の日に、神様にごちそうを供えて祝う日を「節句」といいます。人日の節句の1月7日の朝に七草粥を食べるのには、2つの意味があると思われます。1つ目は邪気を払い、万病を除くおまじないとして、2つ目はおせち料理で疲れた胃を休めて、冬に不足しがちな栄養素を補うためです。正月行事と思われがちですが、五節句の中の1つで新年に初めて迎える節句の風習です。

最近はスーパーで七草粥のセットが売られるようになりましたが、江戸時代には7種を全て入れる七草粥は、庶民には縁遠いものだったそうです。

一月七日

七草粥

人日の節句（1月7日）に、
春の七草の入った粥を食べると
一年間無病息災で暮らせると言われています。

比較的手に入りやすい「なずな」や「すずな」が使われていたと言われています。「薪」「包丁」「火箸（ひばし）」「すりこぎ」「杓子（しゃくし）」「銅杓子」「菜箸」など、調理に使う道具も7種類揃えて、七草粥の準備をしていたという文献が残っています。

七草粥を作る際には1年間の無病息災、五穀豊穣を祈る儀式として七草を囃（はや）して叩く風習があったそうで、その風習は疫病を運び、農作物に悪さをする鳥を追い払うためのものとされていました。

春の七草は、古くから民間療法に用いられていました。解熱、利尿、消化促進など多くの効果が期待できる植物ですが、七草粥で摂取する量は少量です。治療としての効果や食事としての栄養効果は小さいと思われます。中医学の考え方に基づいた薬膳のように、健康的な体づくりを促す食事として捉えると良いでしょう。

七草粥は人日の節句を祝う、代表的な料理ですが、地域によっては七草以外の材料が使われており、食べる料理は地域によってばらつきがあります。

現在は流通や保存技術が発達しており、季節を問わず葉物野菜は手に入りやすくなっています。ところが、身近に七草粥の材料があっても馴染みがないため、七草粥を食べる風習は定着しなかった地域がありました。たとえば、ごぼうやにんじん、保存食の里芋の茎を干した芋がらを使った納豆汁や、醤油や味噌で味付けした雑炊などを七草粥の代わりに食べている地域があります。

年末年始は普段よりも行事が多く、ついつい暴飲暴食になりやすい時期です。消化に良い七草粥を食べて、食事の量やリズムを整えてみてはいかがですか？

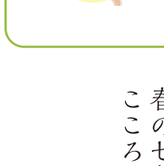
Image photo

春の七草を食べて
こころもからだも健康に

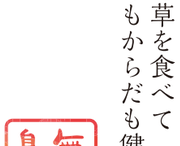
無病息災

日本のハーブ『春の七草』名前の由来と栄養素

●せり
「競り勝つ」という縁起の良い意味を持つ。
現代では野菜として栽培されており、
βカロテン・ビタミンK・葉酸・カリウム・リン・鉄を含む。



●なずな
小さくて可愛い花をつける姿から
「撫でたいほど可愛い菜」が名前の由来。
また、撫でて穢れを取るという意味を持つ。
βカロテン・ビタミンK・カリウム・カルシウムを含む。



●ごぎょう
別名「母子草（ははこぐさ）」。
仏様の体というありがたい意味がある。

●はこべら
ハコベとも言われ、子孫繁栄の意味を持つ。

●ほとけのざ
仏像の台座に使われる蓮の花の開いた形に
似ていることが名前の由来。

●すずな
蕪（かぶ）のことで「神様を呼ぶ鈴」という意味。
βカロテン・ビタミンC・カルシウム・カリウム・鉄を含む。

●すずしろ
大根のことで「鏡草（かがみぐさ）」とも呼ばれる。
穢れのない白という意味を持つ。
βカロテン・ビタミンCを含む。

ソムリエ 藤原 桂がお伝えする

日本酒の魅力

第5回　お正月にまつわるお酒

Image photo

皆さん、新年おめでとうございます！

一年の幕開けは心が躍ります。

皆さんにとって素晴らしい一年になりますように。

それでは本年も、どうぞよろしくお願い致します。

さて、お正月はいかがでしたでしょうか。

元日は朝から飲んで過ごされた方もいらっしゃるはず。

今回はお正月にまつわるお酒のお話です。

お屠蘇（とそ）

皆さん、お屠蘇は飲まれましたか？私の実家には屠蘇器がなかったので、子供の頃はお正月にお屠蘇を飲む習慣があることを知らず、大人になってから知りました。お正月は朝から飲める良い日ですが、乾杯はビールでもワインでもなく、やっぱり日本酒です。

お正月に屠蘇を飲む習慣は中国から伝えられました。三国時代、魏（ぎ）の名医 華佗（かだ）が考案したと言われています。三国志がお好きな方は、華佗の名前をご存知かと思います。中国で屠蘇に酒を用いるようになったのは唐の時代からといわれ、日本に伝わったのも平安時代です。正月用の酒に加える屠蘇散（とそさん）というのは漢方薬のことで、数種類を調合して赤い絹の袋に入れ、酒、みりんに浸して飲んだようです。年少者から年長者へと順に飲み、飲む際は東の方に向かって飲んで無病、延命、邪気払いを願ったそうです。年末にスーパーで酒やみりんを買うとサービスで付いてくることもあるので、今まで馴染みの無かった方も健康を祈願して、来年のお正月は是非お試しください。

ちょっと気が早いですね。

甘酒

子供の頃、大晦日の夜に近くの神社に初詣に行くと、いつもは人気（ひとけ）のない小さな神社に人がたくさんいて、大きな焚火もあって甘酒が振る舞われていました。その時の甘酒は酒粕（さけかす）を水で溶いて温め、おろし生姜を添えたもので、私は「甘酒」という名前にもかかわらず、大人の味わいの甘酒に閉口したものです。それ以来、甘酒は美味しくないものと思っておりましたが、ずいぶん大人になってから再挑戦した時の甘酒は、子供の頃に飲んだものとは全く違い大好きになりました。

Image photo

実は、甘酒は2種類あるのです。酒粕を使ったものと、米と米麹を使って作ったものです。後者は米、米麹、水を混ぜ、酵素作用が最も活発な55℃～60℃で12～24時間保温して作ります。55℃以下では、酸味生成の原因となる乳酸菌や酢酸菌が繁殖し、65℃以上になると糖化しなくなるので温度管理も重要です。

米と米麹で作った甘酒

酒粕で作った甘酒

甘酒は酵母によるアルコール発酵が行われないので、アルコールは含まれません。あのなんとも言えない香りと甘味が大好きです。麹から作る甘酒は免疫力を高めたり、食物繊維やオリゴ糖も含まれていて腸内環境を整え、さらに美容成分も含まれているので良いことづくめです。スーパーでも売られていますが、麹から作る場合でも炊飯器やヨーグルトメーカーを使えば、面倒な温度管理も任せられます。私もヨーグルトメーカーを活用しています。

もっと手軽に楽しむなら、やはり酒粕を使いましょう。こちらも栄養価は高く、アルコール分も8%程度あります。このタイプの甘酒は、なんと万葉集にも「糠湯酒（かすゆざけ）」といって登場します。昔から庶民の飲み物だったのですね。

日本酒が残ったら

料理に使う

日本酒に含まれるグルタミン酸を主とするアミノ酸類が料理の旨味を増します。魚を蒸したり焼いたりする時も、日本酒を使うと生臭みが消えて旨味が増し、柔らかく仕上がります。

Image photo

お風呂に入れる

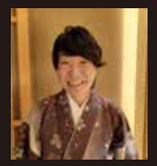
日本酒はアミノ酸による保温効果が高く、アミノ酸などが含まれていない蒸留酒と比べて長時間持続します。お風呂に入れると外側から体を温めることができる上、天然の保湿成分も多く含まれているので、この寒い時期に試してみてはいかがでしょうか。

Image photo

一年の計は元旦にありと言いますが、私は今年もいくつか目標を立てました。一つが健康に関するものです。数カ月前からウォーキングを始めて、1日1万歩を目安に7㎞前後歩きます。それを続けることです。2つ目は体の中からキレイで健康になることです。そこで日本酒です！日本酒に豊富に含まれるアミノ酸が疲労回復に役立つことや、善玉コレステロールを増やすこと、凝りや冷え性の原因となる血管収縮を阻止する作用があること、ストレス解消作用、さらには心臓病、骨粗鬆症、老化、認知症などの発症リスクを低下させるなど、枚挙にいとまがありません。百薬の長とはよく言ったもので、百歳以上で元気な方の約6割は、毎日「適量」のお酒を嗜んでいるそうです。美味しくて体に良いなんて本当にありがたいですね。今年も日本酒を楽しんでいきましょう！

今年は酒蔵さんの取り組みや、仕事の様子もお伝えできればと思っています。それでは次回もお楽しみに！

著者プロフィール



藤原 桂（ふじわら かつら）

◆2019年 一般社団法人日本ソムリエ協会『SAKE DIPLOMA』認定証取得
◆「日本料理・割烹 翠」にて2022年3月まで日本酒ソムリエを務める。

最後の晩餐

～ 歴史上の偉人が最後に食べたもの ～

徳川家康編

大阪府歯科医師会会員・作家　上田秀人

徳川家康 イメージイラスト

今年の大河ドラマは、徳川家康を主人公にしている。この号がお手元に届くころには、すでに放映が開始されているはずである。73年にも及ぶ徳川家康の生涯をどうやって50数回の放映にまとめるのか、たいへんに興味を持っている。

徳川家康についてはよくご存じだろう。その苦労譚は今も語られている。織田、今川での人質生活はもとより、桶狭間の合戦、三方ヶ原の合戦など、枚挙に暇がない。なかでも、家臣の半分以上に裏切られた三河一向一揆の恨みはかなり深かったようで、毒殺を怖れて御殿医も信じず病の診断だけをさせ、薬は自作していたほどだったという。

その家康の死は、大坂夏の陣で豊臣家を滅ぼした直後の元和2年（1616）の4月17日のことだ。征夷大将軍の地位を三男秀忠に譲り、三代将軍に孫の家光を指名、ライバルであった豊臣を滅ぼした家康は、過去の慎重さを投げ捨てるように美食に走った。なかでも鯛をかやの油で揚げ、その上にすった韮（にら）をかけた天ぷらを好み、幾皿もお代わりを重ねたらしい。

隠居した家康は、駿河（今の静岡県静岡市）に住まいしていた。駿河は太平洋に面しており、海産物に富んでいた。とはいえ、当時の保存技術や衛生観念で生魚を扱うのはいささか不安がある。長年、徳川家康の死因が、この鯛の天ぷらによる食中毒だとされてきたのもそこに原因があるのかも知れない。ちなみに鯛の天ぷらを家康が食べた記録は1月のものであり、4月の死因とするのはちょっと無理がある。

現在、家康の死因は、御殿医の記録に吐血、下血、腹部にしこりと書かれていることから胃癌ではないかと考えられている。

さて、これでは「最後の晩餐」というタイトルに偽りありになる。

今からお話しするのは、巷説（こうせつ）の一つである。決して学会が認めたものでもなく、記録さえも残っていない。ただ、浜松の名主のもとに伝わる話……。その日、天気の良さに誘われた家康は、馬での遠乗りに出かけた。そして、とある名主の家で休息を取った。

隠居したとはいえ、天下人を迎えた名主は精一杯のもてなしと、茶に自家製の栃餅（とちもち）を出して、家康を歓待した。名主の気遣いに満足した家康は、帰途に就くため馬に乗ろうとしたところ、なぜか片方の鐙（あぶみ）※が取れて落馬、重傷を負って、数日後に死亡した。真実がどうかはわからないが、その名主の家には外れた鐙が今も保存されているという。

栃餅 Image photo

※馬具 騎手が足を置く場所

著者 プロフィール

上田 秀人（うえだ ひでと）

第7回 吉川英治文庫賞を受賞されました。

日本推理作家協会会員・日本文芸家協会会員
日本歯科医師会会員

平成9年　第二十回小説クラブ新人賞佳作
「身代わり吉右衛門」でデビュー
平成22年『孤闘 立花宗茂』
中山義秀文学賞 受賞
令和4年　『百万石の留守居役』シリーズ（講談社）
吉川英治文庫賞 受賞

［主な作品］
「勘定侍」（小学館時代小説文庫）
「本意に非ず」文藝春秋刊

COSMO SPACE CREATE
COSMO SPACE CREATE Co., Ltd.

株式会社コスモデザイン企画

新規開業・移転新装・リニューアル工事など
歯科医院のデザイン／工事についてご相談ください。

歯科医院独特の法的知識や設備設計を踏まえ、クリニックに特化した専門性の高い設計デザインをご提案いたします。
ドクター・スタッフ・患者さま、すべての方が快適な歯科クリニックを。

クリニック施工事例

新装工事（岸和田市）

新装工事（大阪市北区）

設計・デザイン（神奈川県川崎市）

新装工事（京都市右京区）

設計・デザイン（東京都杉並区）

新装工事（大阪市中央区）

移転新装工事（尼崎市）

新装工事（大阪市港区）

歯科専門ページ

COSMO SPACE CREATE STAFF

NEW!
内容を刷新！
コスモデザイン
施工事例集を
プレゼント！

←ホームページ
当社デザインの歯科クリニック様のほか、美容室や飲食店などの事例もご覧いただけます。

▶お問い合わせ
Email：head@cosmo-sp.co.jp　Tel：06-6447-6808
※上記お電話番号やメール、または同封の資料請求FAXシートからもご請求いただけます。

株式会社コスモデザイン企画
〒550-0003
大阪府大阪市西区京町堀2-2-12
営業時間／09:00～17:30
定 休 日／土曜日・日曜日

業界初※1

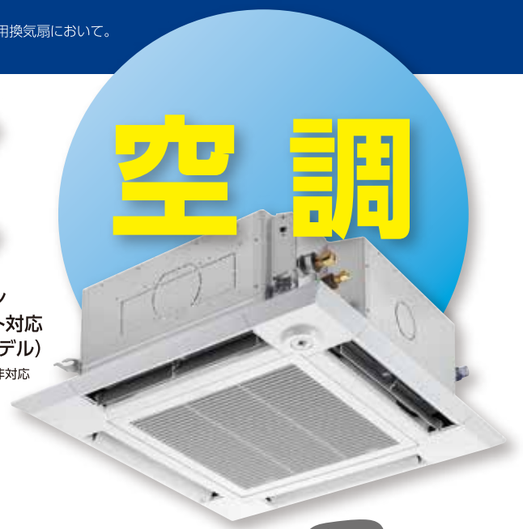
室内のCO₂濃度に合わせた 換気×空調の連携運転を実現!

MELSC

※1：2022年7月19日時点、三菱電機調べ。
店舗・事務所用パッケージエアコンとダクト用換気扇において。

CO₂センサー搭載
ダクト用換気扇
「機器連携タイプ」

×



スリムエアコン
全室内ユニット対応
(2022年度モデル)
※床置形はCO₂表示非対応

換気や空調にまつわる こんなお悩みはありませんか?

お悩み1

忙しくて、窓を開けて
換気をすることができない。

お悩み2

暖房時、換気風量を増やすと
室内が寒くなる。

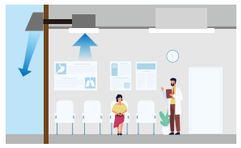
室内の効率的な換気と、
快適な空調を両立します。

換気×空調

解決1 密を検知※2し換気風量を自動で切り替え

換気扇本体に搭載したCO₂センサーが、人の密集による室内のCO₂濃度上昇を検知※2すると、風量を急速運転に自動で切り替え。人の在室状況に応じて、都度窓を開けたり、手動で換気扇の運転を切り替える手間を省きます。

※2：設定したCO₂濃度に従い、運転を自動で切り替えます。



CO₂濃度が低い(人が少ないとき)
➡弱運転

CO₂濃度が高い(人が多いとき)
➡急速運転

解決2 換気扇の急速運転時に、室温低下を抑制

室内のCO₂濃度が上がり、換気扇が急速運転すると、暖房時には空調パワーをアップ。換気風量の増加で生じる室温低下を抑制し、快適性をキープします。

機器の入れ替えや選定は
お気軽にご相談ください!
もちろんご自宅用の導入もご相談を賜ります

お問い合わせ
三菱電機システムサービス 関西支社 商品業務課
TEL 06-6454-3913 E-Mail : kansai-adsupport@melsc.jp

商売繁盛と無病息災を願い、福を巻き込む 恵方巻き

自宅でも出来る巻き寿司のコツ

〈文・調理画像〉寿司・割烹 から津　菊地 慶兼

恵方巻の起源は、江戸時代に大坂(大阪)の船場で商売繁盛を祈願する風習として始まりました。この風習は一時廃れましたが、1970年代後半、大阪海苔組合によるPRイベントによって復活し、関西では節分に恵方巻を食べる風習が根付きました。2000年以降は、スーパーやコンビニでも販売され、全国へと広まっていきました。

恵方巻きは、節分の日に目を閉じて願い事を思い浮かべ、恵方※に向かって丸かぶりすることから、「丸かぶり寿司」とも呼びます。切らずに食べるのは「縁を切らない」という意味があり、私のお店では七福神にちなみ、ウナギ・しんこ・おぼろ・椎茸・玉子・三つ葉・かんぴょうと7種類の具材を入れ、〝福を巻き込む〟という願いを込めています。

※恵方は東北東、西南西、南南東、北北西の4つの方角で、西暦の下一桁が
1・3・6・8の年：南南東
2・7の年：北北西
4・9の年：東北東
0・5の年：西南西

酢飯のレシピ

- 米2合(炊きあがり700g)
- シャリ酢の材料
  - ◎米酢60cc
  - ◎砂糖30g
  - ◎塩10g
- 昆布1辺

1 シャリ酢の材料と昆布一辺を小鍋に入れ、軽く火にかけて混ぜながら溶かして、ひと煮立ちさせる。

Point
酢が飛んでしまうので沸騰はさせない。

2 炊き立てのご飯をボウルに移し、シャリ酢を入れてしゃもじで切るように混ぜる。

Point
炊あがったご飯を蒸らしたら、お釜に入っているままの状態でシャリ酢を回しかけて混ぜるのもオッケー。洗い物が減らせますね♪

3 すし飯を飯台(寿司桶)または大皿に広げて、うちわであおいで急速に冷ます。

巻き方のコツ

1 巻きすを広げ、のりは光沢のある方を下にして置きます。

2

のりの上部は2cm程、下部は5mm程空けて、酢飯をしゃもじでまんべんなく広げます。

3 酢飯の中央より少し下に、具材を並べます。

4 手前にあるのりを巻きすごと持ち上げ、具材を軽く押さえながら巻きます。

5 右手で巻きすを握って手前に軽く引きつつ、左手で奥の巻きすを持って奥へ引き、しっかりと巻きます。

6 巻きすを両手で軽く握って、形を整えます。

7 巻きすを外して、巻き寿司を2cm幅に切ります。1回切るごとに、ぬれ布巾で包丁を拭きます。

出来上がり

今年の恵方は「南南東」です。

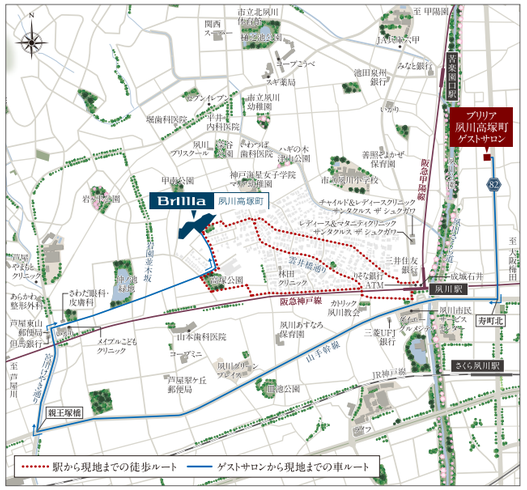
大阪・神戸の都心へ快適に繋がる邸宅地
阪急 神戸線 特急停車駅「夙川」駅徒歩13分（約1,010m）

光と風と開放感に包まれる地
六甲山麓の自然と閑静な邸宅地

リングシャッター付駐車場も配置した全戸南東向き
「100㎡超」「専用庭付」などゆとりのプラン

第3期1次 ご希望住戸相談会開催中 コンセプトショールーム公開中

予約制 来場ご予約はホームページから



「ブリリア夙川高塚町」全体物件概要●所在地／兵庫県西宮市高塚町27番107（地番）●交通／阪急神戸線・甲陽線「夙川」駅徒歩13分●敷地面積／東棟：3,341.13㎡、西棟：3,527.03㎡●建築面積／東棟：1,327.03㎡、西棟：1,387.52㎡●建築延床面積／東棟：4,904.58㎡、西棟：4,755.76㎡●用途地域／第一種低層住居専用地域●地域地区／第一種高度地区、第3種風致地区●地目／宅地●総戸数／94戸●構造・階数／鉄筋コンクリート造・地上3階地下1階建●建築確認番号／東棟：BCJ21大建確065号（2022年1月24日付）、西棟：BCJ21大建確066号（2022年1月24日付）●工事完了年月／2023年8月中旬（予定）●引渡可能年月／2023年10月上旬（予定）●駐車場台数／73台（機械式72台、来客用1台）、月額使用料：7,500円～17,000円●自転車置場台数／188台（2段ラック式：104台、スライド式：61台、平置き：23台）、月額使用料：100円～500円●分譲後の権利形態／専有部分は区分所有権、敷地・共用部分は専有面積割合による所有権の共有●管理会社／株式会社東京建物アメニティサポート●管理形態／区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社に委託（予定）●管理方式／通勤管理●設計・監理／株式会社INA新建築研究所●施工／大末建設株式会社●売主・販売代理／東京建物株式会社［国土交通大臣（16）第6号、（一社）不動産協会会員、（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟、関西事務所：大阪府大阪市中央区本町三丁目4番8号 東京建物本町ビル9階］●売主／エス・ティ・ティ都市開発株式会社関西支店［国土交通大臣（5）第5856号、（一社）不動産協会会員、（一社）不動産流通経営協会会員、（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟、大阪府大阪市西区土佐堀一丁目4番14号］■第3期1次以降予告概要●予定販売戸数／未定●本販売期以降の総販売戸数／45戸●予定販売価格／未定●予定最多価格帯／未定●間取り／3LDK～4LDK●専有面積／79.07㎡～108.58㎡（トランクルーム面積0.24㎡～0.90㎡含む）●バルコニー面積／10.36㎡～13.87㎡●サービスバルコニー面積／3.33㎡～6.87㎡●テラス面積／10.73㎡～13.87㎡●専用庭面積／9.86㎡～14.66㎡●ポーチ面積／3.90㎡～7.04㎡●管理費／月額：18,030円～24,760円●修繕積立金／月額：9,260円～12,710円●インターネット利用料／月額：1,540円●管理準備金／引渡時一括：36,060円～49,520円●修繕積立基金／引渡時一括：694,500円～953,250円●販売予定時期／2023年2月上旬 ※販売住戸が未確定のため、住居専有面積等の数値および予定価格等の表示は、本販売期以降の総販売戸数に対応したものです。確定情報は本広告時に掲載いたします。■先着順販売概要●販売戸数／15戸●本販売期以降の総販売戸数／15戸●販売価格／6,260万円～10,480万円●最多販売価格帯／6,600万円台（2戸）7,800万円台（2戸）※100万円単位●間取り／3LDK～4LDK●専有面積／79.07㎡～103.04㎡（トランクルーム面積0.27㎡～0.41㎡含む）●バルコニー面積／11.10㎡～20.16㎡●ルーフバルコニー面積／42.81㎡●ルーフバルコニー使用料／月額：2,300円●サービスバルコニー面積／3.33㎡～6.87㎡●テラス面積／11.10㎡～11.47㎡●専用庭面積／10.20㎡～10.54㎡●管理費／月額：18,030円～23,500円●修繕積立金／月額：9,260円～12,060円●インターネット利用料／月額：1,540円●管理準備金／引渡時一括：36,060円～47,000円●修繕積立基金／引渡時一括：694,500円～904,500円●登録受付場所／「ブリリア夙川高塚町」ゲストサロン●登録受付時間／［平日］11：00～18：00［土日祝］10：00～18：00●選定方法／先着順●ご持参いただくもの／お申込みの際はお認め印と直近2年分の収入証明書（源泉徴収票・確定申告書、住民税課税証明書等）及び本人確認資料（健康保険証・運転免許証等）をご持参ください。※先着申込みのため販売済みの場合があります。予めご了承ください。●広告制作日／2022年12月2日●取引条件の有効期限／2023年2月26日

※掲載のエントランスアプローチ完成予想CGは計画段階の図面を基に描き起こしたもので、形状・色等は実際とは見え方が異なることや変更する場合があります。なお、外観形状の細部、設備機器、周辺建物、電柱、電線等につきましては表現しておりません。表現されている植栽の季節は春を想定して描いており、季節により見え方が異なります。竣工から初期の生育期間を経た状態のものを想定して描いており、竣工時は植物の生育を見込んで必要な間隔をとって植えております。行政指導や施工上の都合等により、植栽等の位置や樹高・本数等が変更される場合があります。※徒歩分数は80mを1分として算出し、端数は切り上げています。※コンセプトショールームはモデルルームではなく生活提案のショールームとなります。標準仕様との比較はゲストサロンにてガイドブックをご確認ください。

お問い合わせは「ブリリア夙川高塚町」ゲストサロン 0120-123-673 ブリリア夙川高塚町 検索

営業時間／［平日］11:00～18:00［土日祝］10:00～18:00 定休日／水・木曜日・第2火曜日（祝日を除く。また第2火曜日が祝日または祝日明けの場合は第3火曜日がお休みとなります。）

売主兼販売代理 東京建物 売主 NTT都市開発 管理 東京建物アメニティサポート

大学時代のあの場所へ

第四回 ～愛知学院大学歯学部編～

愛知学院大学歯学部 大阪府同窓会

愛知学院大学歯学部設立の母体となる学校法人 愛知学院は、明治9年曹洞宗宗門の僧侶養成を目的として、名古屋市門前町の寺院、大光院に併設された曹洞宗専門支校に始まります。大正14年2月「中学校令」の改正を機に、名古屋市東区田代町に愛知中学校を設立し、教育対象は宗門関係者のみならず一般男子にも広げられました。愛知中学校は、昭和22年新制愛知高等学校と新制愛知中学校に改組され、これの総称を愛知学院と定め、昭和25年に愛知学院短期大学商学科、昭和28年に愛知学院大学が設立され商学部商学科が開設されました。昭和36年に歯学部歯学科が増設され、現存する歯科大学・歯学部としては日本で8番目の大学となりました。同窓生は7，606名、平成30年には同窓会創立50周年を迎えました。

歯学部付属病院は、昭和35年9月愛知学院大学歯科病院開設認可を受け、昭和36年3月に開院しました。昭和47年1月愛知学院大学歯学部付属病院と改名され、平成13年にリニューアルされました。

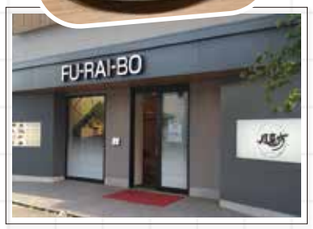
平成13年にリニューアルされた
現在の歯学部附属病院

末盛学舎（歯学部付属病院）
昭和36年5月

末盛キャンパス（付属病院）の西側にあります覚王山（かくおうざん）・日泰寺（にったいじ）の参道では、毎月21日に「覚王山日泰寺参道 弘法の日縁日」があり賑わっています。大学生の頃、この参道には歯学部の学生の胃袋を満たす素敵なお店が何軒かありました。中でもデカ盛りの麺類食堂〝玉屋〟は学生に人気がありました。「玉屋の大盛定食は罰ゲームだ」と言う先輩もいて懐かしい思い出です。現在は、建て替えによって建物も内装も以前よりはモダンな感じになっていますが、大衆食堂的な雰囲気はそのままで名物デカ盛りも健在のようです。

名古屋めしといえば、ひつまぶし・手羽先唐揚げ・味噌カツなどが有名ですが、楠元（くすのき）キャンパスの近くに手羽先の風来坊（ふうらいぼう）本山店があります。風来坊は、愛知県名古屋市を中心に店舗を展開する飲食店チェーンですが、同窓生の中でも本山店は美味しいと評判です。お取り寄せも出来ますのでお試しになってはいかがでしょうか。

名古屋名物 元祖手羽先唐揚



2020年9月にリニューアルオープンした
「風来坊 本山店」

覚王山日泰寺参道 弘法の日縁日

2023年8月完成予定 末盛キャンパス「臨床教育研究棟」
（外観完成予想CG）

Brillia Tower 箕面船場
TOP OF THE HILL

予告広告

※本広告を行い取引を開始するまでは、契約、予約の受付は一切できません。また申込の順位の確保に関する措置を講じられません。予めご了承ください。なお、本広告は物件ホームページ（https://bt-minohsemba397.brillia.com/）にて実施します。販売予定時期／2023年2月下旬

御堂筋線直通・北急延伸※1 新駅タワープロジェクト。

「箕面船場阪大前」駅前広場完成予想CG・本プロジェクト外観完成予想CG

御堂筋線直通・北急延伸※1
新駅ペデストリアンデッキ直結徒歩3分（約210m）

駅前複合開発エリア
住宅×商業×図書館×劇場×大学

北摂・高台立地 全397邸
大規模免震タワーレジデンス

■2LDK（54.63㎡）/ 5,200 予定販売価格（税込）万円~
■3LDK（72.80㎡）/ 6,200 予定販売価格（税込）万円~
※100万円単位

モデルルーム公開中 1/7(土)よりモデルルーム営業再開

0120-562-397

お問い合わせ 「Brillia Tower 箕面船場 TOP OF THE HILL」ゲストサロン
【営業時間】平日11:00～18:00　土日祝10:00～18:00
【定休日】水・木曜日・第2火曜日（祝日を除く。また第2火曜日が祝日または祝日明けの場合は第3火曜日がお休みとなります。）

公式ホームページはこちらから

〔売主〕東京建物
〔売主〕住友商事
〔売主〕阪急阪神不動産
〔施工〕TAKENAKA

感性に響く美を纏い、新たな都市生活を紡ぐタワーレジデンスへ。

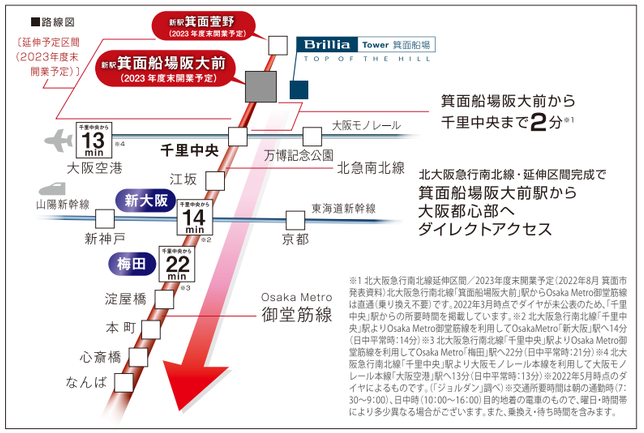
THE SKY SUITE　ザ・スカイスイート完成予想CG

GRAND ENTRANCE　グランドエントランス完成予想CG

ATRIUM LOUNGE　アトリウムラウンジ完成予想CG

ACCESS 御堂筋線直通・北大阪急行延伸が、ついに実現。

いよいよ動き出した北大阪急行延伸計画。50年ぶりに待望の新駅「箕面船場阪大前」駅が誕生します。それにより都心の主要駅へのダイレクトアクセスが可能に。北摂・箕面からの利便性が高まります。



※1 北大阪急行南北線延伸区間／2023年度末開業予定（2022年8月 箕面市発表資料）北大阪急行南北線「箕面船場阪大前」駅からOsaka Metro御堂筋線は直通（乗り換え不要）です。2022年3月時点でダイヤが未公表のため、「千里中央」駅からの所要時間を掲載しています。※2 北大阪急行南北線「千里中央」駅よりOsaka Metro御堂筋線を利用してOsakaMetro「新大阪」駅へ14分（日中平常時：14分）※3 北大阪急行南北線「千里中央」駅よりOsaka Metro御堂筋線を利用してOsaka Metro「梅田」駅へ22分（日中平常時：21分）※4 北大阪急行南北線「千里中央」駅より大阪モノレール本線を利用して大阪モノレール本線「大阪空港」駅へ13分（日中平常時：13分）※2022年5月時点のダイヤによるものです。（「ジョルダン」調べ）※交通所要時間は朝の通勤時（7:30～9:00）、日中時（10:00～16:00）目的地着の電車のもので、曜日・時間帯により多少異なる場合がございます。また、乗換え・待ち時間を含みます。

LOCATION 景色を変え、暮らしを変える、複合開発。

駅前複合開発エリアには、大阪大学箕面キャンパスや箕面市立船場図書館など、教育・文化施設が生まれ、美しい街並みが形成されています。今後も、駅前広場や商業施設などが誕生予定。新しい魅力を発信する街へと進化は続きます。

■駅前複合開発エリア概念図

■「Brillia Tower 箕面船場 TOP OF THE HILL」全体概要●所在地/大阪府箕面市船場東三丁目8番他（地番）●交通/北大阪急行南北線「千里中央」駅徒歩20分※北大阪急行南北線「箕面船場阪大前」駅徒歩3分（2023年度末開業予定）●敷地面積/3,714.88㎡●建築面積/1,894.01㎡●建築延床面積/47,205.40㎡●土地の権利/所有権●地目/宅地※仮換地のため現在地目は設定されておらず、換地処分後に「宅地」となる予定です。●用途地域/商業地域●地域地区/防火地域、高度利用地区●総戸数/397戸（販売戸数377戸、募集対象外20戸）●構造・規模/鉄筋コンクリート造地上30階建●建築確認番号/第R03確認建築GBRC00060号（2022年2月28日付）、第R04確更建築GBRC00034号（2022年11月8日付）●工事完了年月/2024年10月下旬（予定）●引渡可能年月/2025年1月下旬（予定）●駐車場/機械式:240台、月額使用料:15,500円～24,000円●バイク置場/7台、月額使用料:3,000円●ミニバイク置場/5台、月額使用料:1,500円●自転車置場/（スライドラック式:375台、二段式:290台、平置き:77台、子供用平置き:3台）:745台、月額使用料:100円～500円●分譲後の権利形態/専有部分は区分所有、敷地・共用部分は専有面積割合による所有権の共有●管理会社/株式会社東京建物アメニティサポート●管理形態/区分所有者全員で管理組合を設立し、管理組合より管理会社へ委託（予定）●管理方式/通勤管理●設計/株式会社IAO竹田設計（意匠）・株式会社竹中工務店（構造設備）●施工/株式会社竹中工務店●売主兼販売代理/東京建物株式会社　国土交通大臣(16)第6号（一社）不動産協会会員（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟　関西事務所：大阪府大阪市中央区本町三丁目4番8号　東京建物本町ビル9階/阪急阪神不動産株式会社　国土交通大臣（15）第395号（一社）不動産協会会員（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟　大阪市北区角田町1番1号（東阪急ビルディング内）●売主/住友商事株式会社　国土交通大臣(16)第189号（一社）不動産協会会員（一社）不動産流通経営協会会員（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟 大阪市中央区北浜4丁目5番33号●販売代理/住商建物株式会社　国土交通大臣(13)第1894号（一社）不動産協会会員、（一社）不動産流通経営協会会員、（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟 大阪市中央区北浜4丁目7番28号 住友ビル2号館■第2期1次以降予告概要●予定販売戸数/未定●予定販売価格/3,100万円～23,500万円※100万円単位●予定最多価格帯/6,500万円台※100万円単位●間取り/1LDK～3LDK●専有面積/31.84㎡～142.32㎡（トランクルーム面積0.97㎡～2.72㎡含む）●バルコニー面積/6.22㎡～30.15㎡●管理費/8,980円～40,140円（月額）●修繕積立金/3,280円～14,660円（月額）●管理準備金/17,960円～80,280円（引渡時一括）●修繕積立基金/246,000円～1,099,500円（引渡時一括）●インターネット利用料/1,826円（月額）●プライベートキャビン運営費（29階・30階住戸対象）/1,000円（月額）●販売予定時期/2023年2月下旬※本広告を行い取引を開始するまでは、契約及び予約のお申込は一切できません。また、申込順位の確保に関する措置は講じられません。なお、本広告は物件ホームページ（https://bt-minohsemba397.brillia.com/）にて実施します。※本物件はすべての予定販売住戸を一括して販売するか又は数期に分けて販売するか確定しておりません。販売戸数が未定の場合、住居専有面積等の数値および予定価格等の表示は、本販売期以降の総販売戸数に対応したものです。確定情報は本広告時に掲載いたします。※建物価格に消費税率10%相当額を含みます。※1北大阪急行南北線延伸区間／2023年度末開業予定（2022年8月箕面市発表資料）。北大阪急行南北線「箕面船場阪大前」駅出口より約210m。

【重要なお知らせ】Brillia Tower 箕面船場 TOP OF THE HILLでは、下記のお客様に対して登録抽選時の倍率優遇を実施いたします。
第2期1次の登録抽選に落選された方は、第2期2次および第2期3次登録抽選時の優遇倍率2倍。※第2期1次および第2期3次登録抽選時のみ有効。

※ザ・スカイスイート完成予想CGは、計画段階の図面を基に描き起こしたもので、形状・色等は実際とは見え方が異なったり変更する場合があります。なお、内観形状の細部、設備機器等につきましては表現しておりません。行政指導や施工上の都合により、設備位置等が変更となる場合があります。家具・調度品は計画段階のもので、施工上の都合・廃盤等により変更になる場合があります。共用施設、サービスのご利用にあたっては管理規約・使用細則に則っていただきます。ザ・スカイスイートの施設、サービスの利用は有料です。CGに合成した眺望イメージは、現地約74mの高さ（23階相当）の位置から南方向をドローン撮影（2021年4月）し一部CG加工を施したもので、実際のザ・スカイスイートから撮影したものではありません。眺望は将来にわたって保証されるものではありません。※アトリウムラウンジ完成予想CG、グランドエントランス完成予想CGは、計画段階の図面を基に描き起こしたもので、形状・色等は実際とは見え方が異なったり変更する場合があります。なお、外観および内観形状の細部、設備機器等につきましては表現しておりません。行政指導や施工上の都合により、設備位置等が変更となる場合があります。家具・調度品は計画段階のもので、施工上の都合・廃盤等により変更になる場合があります。共用施設、サービスのご利用にあたっては管理規約・使用細則に則っていただきます。表現されている植栽は、特定の季節の状況を示すものではなく、竣工から初期の生育期間を経た状態のものを想定して描いており、竣工時は植物の生育を見込んで必要な間隔をとって植えております。行政指導や施工上の都合等により、植栽等の位置や樹高・本数等が変更される場合があります。掲載の情報は予定段階のもので変更になる可能性があります。※掲載の「箕面船場阪大前駅イメージ」完成予想CGは、箕面市が発表したCG（2020年12月発表、2023年度末開業予定）を基に作成したもので、実物と異なる場合があります。※掲載の駅前複合開発エリア概念図は、箕面市が発表した概念図（2020年12月発表）を基に作成したもので、建物の形状・距離・色等は実際とは異なります。駅前複合開発エリアの位置関係が分かるよう、一部の建物のみを入れての大きさで作図しており、周辺の道路・建物などについては一部簡略化しております。また表現されている千里緑地は凡その範囲を示したものです。なお、表現されている周辺建物・施設等は2022年3月時点のものです。※徒歩分数は80mを1分として算出し、端数は切り上げています。

■現地案内図

Brillia Guest Salon 案内図

LAND ROVER
ABOVE & BEYOND

THE NEW
RANGE ROVER SPORT

走りを追求したレンジローバー
新型レンジローバースポーツ

オーダー予約受付中

車両本体価格

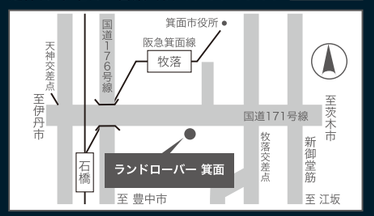
¥10,680,000〔税込〕～

※モデルイヤーの変更等で価格、仕様は予告なく変更される場合がございます。

新型レンジローバースポーツの存在感を生み出す、力強いスタンスと躍動感溢れるプロポーション、短めのオーバーハング。そして、多彩なフィニッシュを選べる23インチホイール。どの角度から見ても個性を感じていただけます。引き締まったボディからはパワーとパフォーマンスを感じさせ、精悍なヘッドライトとグリル、彫りの深いロアバンパーが堂々たる風格を漂わせます。切れ目のないテールライトは、リアの輪郭を際立たせます。

ランドローバー なにわ
〒556-0023
大阪市浪速区稲荷1-9-22
TEL 06-4392-1885
定休日 水曜日　営業時間 10:00-18:30

ランドローバー 箕面
〒562-0043
箕面市桜井3-13-7
TEL 072-721-8883
定休日 水曜日　営業時間 10:00-18:30



ランドローバー 京都
〒606-8167
京都市左京区一乗寺樋ノ口町60番地
TEL 075-279-8585
定休日 水曜日　営業時間 10:00-18:30

新型コロナウイルス感染症対策とご来店されるお客様へのお願い

●ご来店の際には、マスクの着用、検温の実施、手指のアルコール消毒をお願い申し上げます。●下記に該当される場合は、ご来店をお控えいただきますようお願い申し上げます。・マスクを着用できない場合　・平熱を上回る高熱および倦怠感や息苦しさ等、風邪や感染症の症状のある方　・2週間以内に海外渡航歴のある方　・新型コロナウイルスに感染している方および濃厚接触者に該当する方

食材本来の『ありのまま』を味わう

「anu（アニュ）」

食材のポテンシャルを最大限に引き出す、新感覚のイタリアン

大阪の天満の住宅街に突如として現れるお洒落でモダンな外観のお店、それが『anu（アニュ）』。

21年愛されたイタリア料理の『sfi:da（スフィーダ）』から去年7月に生まれ変わり進化しました。扉を開けると、木彫りのお洒落なオブジェが掛けられており、その横にanuの料理の象徴「玉ねぎ」が飾ってあります。

そして店内に足を踏み入れると、思わず「うわ～」と声が出てしまう程の広々とした素晴らしいオープンキッチンと空間に感動します。その雰囲気から、従来のイタリア料理とは違う“新しいイタリア料理”に違いないと自然に思えてしまうでしょう。そしてこの素晴らしいレストランのシェフを務めるのが、超イケメンの末広 匡識（すえひろ ただし）シェフです。世界において著名なシェフと交流を深めながら、和食やフレンチの技法を柔軟に取り入れ、素材の魅力を最大に引き出す新しいイタリア料理を魅せてくれます。

『anu』の料理は、その素材の育った環境や育てた生産者の思いをありのまま「料理」として表現され、見た目の華やかさ、香り、味、温度や音など様々な要素が絡み合い、料理を口にした瞬間に味わう幸福感は今までにない感動を覚えます。また、丁寧に作られた料理を引き立てる素晴らしい食器も目を見張るものでワクワク感が止まりません。アルコールも豊富で、笑顔が印象的なソムリエさんが個人のリクエストに応じて提供してくれますので、こちらも楽しいです。

言葉はいりません。実際に『anu』を体験していただければ、必ず至福の時を感じることが出来るでしょう！

オープンキッチンは石と木が調和したカウンターに天高もあり、解放感とライブ感ある作り。

コースの最初に出てくるコーンスープをはじめ、口にして初めて分かる素材へのこだわり。日本の素晴らしい食材を作られた生産者の方々への感謝と尊敬の想いが反映された料理の数々。

anu

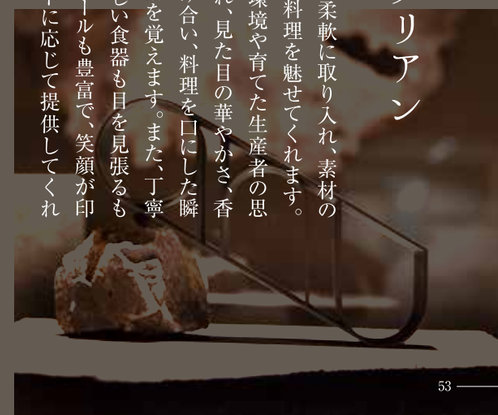
〒530-0035 大阪市北区同心2丁目4−25 T.D.M 1F

《お問い合わせ》TEL：06-4800-4888

■営業時間　11:30~14:30（L.O.12:30）
17:30~22:00（L.O.19:30）

■ 定休日　水曜日

<シェフ> 末広 匡織氏



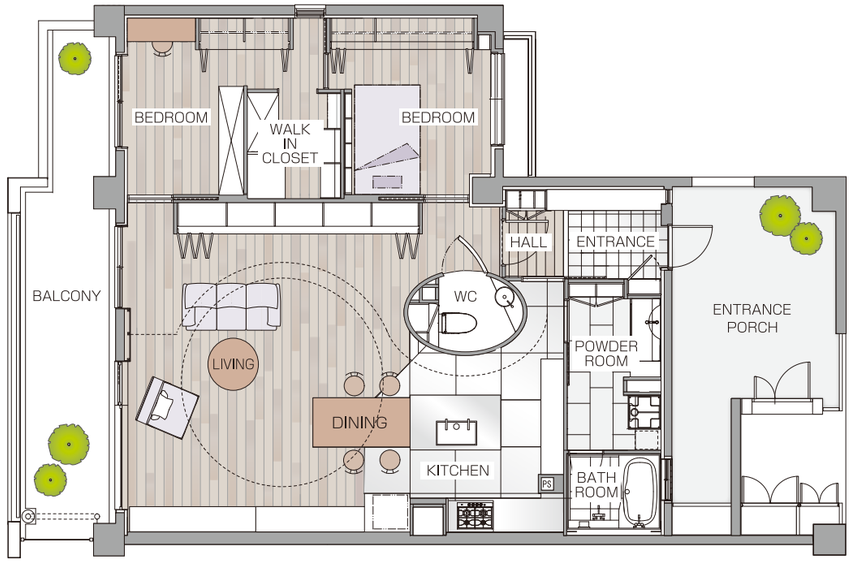
リノベーション専門

AFTER
作品No.542

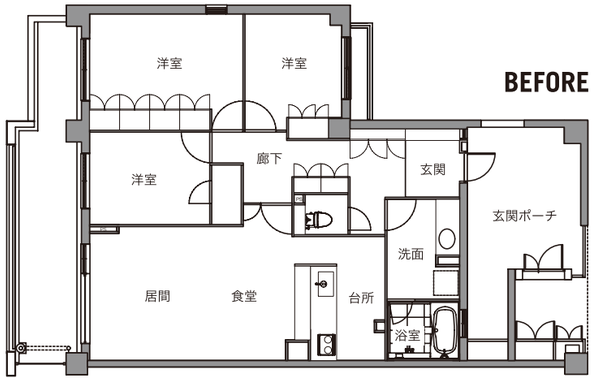
マンション（全面）
3LDK→2LDK（100㎡）

仮設工事	約 90万円
解体工事	約215万円
造作工事	約725万円
内装工事	約 85万円
建具・家具工事	約320万円
タイル工事	約185万円
電気工事	約225万円
ガス工事	約 35万円
給排水設備工事	約315万円
オーダーキッチン工事	約525万円
諸経費	約270万円

合計…約2,990万円
（税込 約3,289万円）



BEFORE



リノベーション相談会

無 料　事前予約制　個別相談有

1/14（土） 15:00~　遊 大阪支店
1/21（土） 15:00~　遊 大阪支店
2/11（土） 15:00~　遊 大阪支店
2/18（土） 15:00~　遊 大阪支店
3/11（土） 15:00~　遊 大阪支店
3/18（土） 15:00~　遊 大阪支店

遊の取り組みや設計に対する考え方をご紹介。
アドバイザーによる無料相談も実施しています。

※遊 大阪支店は株式会社アートリフォームのカンファレンスセンター内にあります。

オンライン個別相談も実施中

毎週土曜、2組様限定でオンライン（ビデオ通話）個別相談を実施しています。接続方法からご案内しますので、まずは電話でお問い合わせください。

Website　Instagram

ホームページやインスタグラムでも遊のことを知っていただけます。

お問い合わせいただいた方
全員にプラン集をプレゼント!
HPや電話、FAXでお申し込み下さい

株式会社 遊
FREE 0120-666-122
FAX 078-412-6162
https://www.planning-you.com

本社　神戸市東灘区森北町1-7-1
大阪支店　大阪市西区京町堀1-6-12 Kライズビル2F
東京支店　東京都渋谷区恵比寿南1-14-20
名古屋支店　名古屋市中区錦1-7-28 Jスクエア丸の内ビル8F
営業時間 10:00～18:00　定休日 水・日曜・祝日

Osaka BMW　双日オートグループ大阪

ダイナミズム、安全性、環境性能のすべてを高い次元で融合させたBMWの多彩なラインナップ。

Osaka BMWではご試乗で最新の“駆けぬける歓び”をご体感いただけます。

原稿

iX

iX xDrive40	5ドア右	10,750,000円
iX xDrive50	5ドア右	12,850,000円
New iX M60	5ドア右	17,400,000円

お客様の毎日を歓びで満たしてゆく一台。ODC Forward限定で、お車に関する“特別なご優待”をご用意させていただきます。

iX3

iX3 M Sport 5ドア 右ハンドル

iX3 M Sport	5ドア右	**8,620,000円**

i4

New i4 M 50 4ドア 右ハンドル

New i4 eDrive40 M Sport	4ドア右	**7,910,000円**
New i4 M50	4ドア右	**10,810,000円**

i7

New i7 xDrive60 Excellence 4ドア 右ハンドル

New i7 xDrive60 Excellence	4ドア右	**16,700,000円**
New i7 xDrive60 M Sport	4ドア右	**16,700,000円**

双日オートグループ大阪株式会社

電気のチカラ@Osaka BMW

Osaka BMW 新梅田支店
〒553-0003 大阪市福島区福島7-20-1
TEL.(06)6458-0671

Osaka BMW 千里支店
〒565-0862 吹田市津雲台7-1 D109-101
TEL.(06)6832-5761

Osaka BMW 城東鶴見支店
〒538-0054 大阪市鶴見区緑1-8-5
TEL.(06)6933-5757

BMW Premium Selection 吹田
〒564-0054 吹田市芳野町5-55
TEL.(06)4861-5515

BMW Premium Selection 姫里
〒555-0025 大阪市西淀川区姫里3-1-29
TEL.(06)6471-1300

BMW Premium Selection 城東鶴見
〒538-0054 大阪市鶴見区緑1-8-5
TEL.(06)6933-6600

営業時間：10:00～19:00　定休日：月曜（祝日は営業、翌火曜日は振替休日）、年末年始、夏期

Osaka BMW Home Page　Osaka BMW Facebook

※記載内容は、2022年11月15日現在のものです。記載内容および車両本体価格等は、予告なく変更、終了する場合があります。※表示の価格は、車両本体価格（消費税込）です。※価格および装備の設定等は、在庫車両の生産時期等により異なる場合があります。また、価格帯には受注生産モデルも含みます。詳しくはBMW正規ディーラーまでお問い合わせください。※価格には、税金（消費税を除く）、保険料、登録に伴う諸費用、付属品価格等は含まれません。※リサイクル料金が別途必要となります。

発行／大阪府歯科医師協同組合　大阪市天王寺区堂ケ芝1丁目3番27号　TEL.06-6796-8602