



らめびび新聞



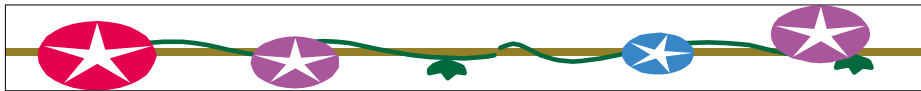
新人スタッフ歓迎会




5月23日（水）、新しく入ってきたスタッフの歓迎会をしました。阪神打出駅から近くのフレンチビストロ オ・リモさんです。普段仕事では滅多に会えないスタッフ同士がこの機会にたくさん話して交流を深めました。当日は総勢16人が集まり、クリニックのことプライベートなことなどで会話が盛り上がり終始笑顔が絶えませんでした（*^▽^*）お子様連れでも楽しめるレストランなので特に家族にお勧めです。

今年もまた暑い季節がやってきました。夏はロンドンオリンピック、花火大会、高校野球といろんなことが待っています。夏バテには気を付けてお過ごしください。これからいろいろなイベントを企画しておりますので楽しみにお待ちください。

夏



関西花火大会予定
 淀川花火大会
 ↓8月4日（土）
 みなとこうべ
 海上花火大会
 ↓8月4日（土）
 芦屋サマーカーニバル
 ↓7月21日（土）




夏バテ 予防法



夏は軽作業でも1日2~3リットルの汗をかくと言われてます。
したがって、夏には、汗の原料である水をたくさん補給する必要があります。
水を飲まないと、ドロドロの血液になってしまい、むくみ、鼻水、下痢などの症状が出るのでこまめに飲みましょう。
ジュース、アルコールは控えましょう。
ジュースは甘いのですぐのどが渇きます。
たくさん飲むと糖分の摂りすぎで太ってしまいます。
また、アルコールは解過程で水分が取り込まれてしまい飲んだアルコールの1.5倍以上が排出されてしまいますので飲みすぎは要注意です。



2012年7月27日から始まるロンドンオリンピックについてすこし綴っていきます☆

ロンドンと日本の時差は8時間ですがこの時期のお子さんは夏休みなのですこし夜更かしして見ることもできますね(^)

私は今、理事長お勧めのなでしこジャパンの澤穂希さんの本を読んでいます、目標を立てて必ず有言実行して自分も澤さんのように夢を叶えたいと思いました。

当院ではロンドンオリンピックに因んだイベントを企画しております。楽しみしておいてください☆



オススメのお店



甲子園筋から鳴尾御影線に入ると神戸屋のすぐ近くにあるケーキ屋さん「ラ・パニーユ」。春風小学校が目の前です。最近改装して新しくなり連日たくさんのお客さんが来ています。
なかでも「甲子園卵かすていら」という黄身がたくさん入っていてふわふわ生地のカステラは県外の人にあげるととても喜ばれます。
ケーキもわらびもちロールや抹茶もちロールなど変わったものも多く飽きがきません。

上甲子園3-10-7 1階