

絵本!

クリニックからの

## お知らせ

溝口先生監修の絵本が発売されました。題名は「にじいろれすとらん」です。この絵本では、子供の脳の発達には栄養が大切であることを伝えています。子どもの脳の発達におけるアプローチは、療育による支援や薬物療法だけでなく、栄養療法という選択があることを多くの人に届けたいという思いで作られました。是非、お子様やお孫様、お知り合いの方へのプレゼントにご利用ください。院内でも販売していますが、Amazonでも販売しています。



### トピックス

なぜ中年を過ぎると「食後のうたた寝」をする人が多いのか・・・認知症リスクを上げる「高血糖」の危険サイン 今野医師の記事



### スタッフの一言

みぞぐちクリニックへ頂戴したgoogleクチコミは、全て有難く拝読しています。治療の事だけでなく我々スタッフにも温かいお言葉を頂き、日々の業務の励みになっています。些細な事でも構いませんので、是非皆さんのご意見をお聞かせください! (M)

### 院長メルマガより

「疲労感が増したり、筋肉のこわばりが強くなったり、攣れてしまうことが増えるなどの症状はミネラル不足やバランスの乱れが疑われます。発汗では塩分（ナトリウム）が不足することが知られていますが、その他のミネラルではカリウムやマグネシウム、カルシウムが喪失されます。補正のためにはマグネシウムをしっかりと補充することが重要になります。」毎日暑いですが、食べ物、飲み物に気を配り、熱中症にお気を付けください。

毎月1回、院長からの健康情報とクリニックからのお知らせをメルマガで配信中

