

食事・栄養指導と、HMBサプリメント・MCTオイル販売開始のお知らせ

当院では4月より、保険診療で行う痛みの改善だけでなく、自費診療で行う予防治療『**痛めない体づくり**』の提案に力を入れていきます。痛めない体づくりに関わる『**体組成計測器**』と『**EMS専用器**』の導入に引き続き、『**第三弾**』として、より良質なたんぱく質を摂取する『**HMBサプリメント(エントレイナー)**』と、『**脂肪燃焼と脂質代謝を向上させるMCTオイル**』の販売を開始しました。

体組成計測器での体組成成分の評価を元に、『**脂肪量が多ければ、脂肪を燃焼させる代謝を上げる**』為に、『**EMSTレーシング(有酸素運動)+MCTオイル(中鎖脂肪酸油)の提案**』を、『**タンパク質(筋肉量)が足りなければ、良質な筋肉を身につける**』為に、『**EMSTレーシング(無酸素運動)+HMB(筋肉合成)サプリメント(エントレイナー)**』の提案をさせていただきます。

『**無機質(骨ミネラル)が足りなければ、骨を強くする、丈夫にする**』為に、『**食事指導+成長促進サプリメント(のび太郎)の提案**』も引き続き行っています。

スポーツと食事については非常に重要な関わりを持っています。MCTオイル(中鎖脂肪酸油)は、脂肪量が多い人だけでなく、『**持久力**』を必要とする『**有酸素性のローパワー系スポーツ・競技者**』、HMB(筋肉合成)サプリメント(エントレイナー)は、『**タンパク質(筋肉)量**』が少ない人だけでなく、『**筋力・瞬発力**』を必要とする『**非乳酸性のハイパワー系競技者**』と、『**持久力**』を必要とする『**非乳酸性+乳酸性**』あるいは、『**乳酸性+有酸素性のミドルパワー系スポーツ・競技者**』にお勧めです。

スポーツと食事、栄養代謝や競技別の栄養特性については、別の機会に書かせて頂くのと、MCTオイルの効果は只今自身で検証中となりますので、また「報告」させて頂きます。

院長の独り言

7/21は当院の開業日であり、皆様のお陰様で開業5周年を迎えることができ、家族からお祝いのサプライズケーキを頂きました！

6年目となる今年も、初心の頃の気持ちと、家族スタッフ・患者様への感謝の気持ちを忘れず、より一層の知識と技術のスキルアップを図り、皆様に、更なるサービスの向上と拡充を提供し、『**10年・20年**』と地域に必要とされる施設を目指していきたいと考えていますので、今後とも宜しくお願い申し上げます。



HMBサプリメント・MCTオイル

サプライズケーキ



☆新作コミックの紹介☆

コロナ禍にSNSでブックカバーチャレンジというお気に入りの文庫本の表紙と内容を紹介をするという企画が一時流行っていました。今回は当院待合室に置いてある新作漫画のご紹介です。

僕自身、昔から漫画が大好きだったので、自宅にはサッカー漫画からアクション漫画など、ピーク時には約2千冊以上の漫画を所持していました。待合室に置いてある漫画は中でも僕のお好みのスポーツ漫画から医療系の漫画などを置かせてもらっています。

今回ご紹介するのが『**義男の空**』という実話を基にしたドキュメンタリー漫画です。フジテレビの『**アニバリバポー**』や『**エヌの 逆転人生**』という番組で紹介されていたのを偶然見かけたのがきっかけでした。その内容は、水頭症などの小児脳神経外科領域の疾患を手術し、重度の障害があっても小さな命と向き合い、子供には無限の可能性があるのでと信じて一緒に難病と闘い、様々な事にチャレンジさせようという一人の医師のお話です。患者に寄り添うその姿勢には、医療従事者としてとても感動させられる作品でした。

ただ一つ、当院は予約優先制を採用しているのですが、待ち時間がほとんどなく読む時間が少なく、なかなか読み進めないという悩みの声を頂いております。

近々、単行本の売上記録を更新した『**大人気アニメのコミック**』も追加されるかもしれませんので、お楽しみに！



受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:00	●	●	9:00 ~ 14:00	●	●	9:00 ~ 14:00	/
15:00~20:00	●	●		●	●		/