

# 3/27~4/9 東金桜まつり



ボートに乗って、いつもとは違う景色を

東金桜まつりが4年ぶりに開催。多くの花見客が会場を訪れ、桜やイベントを楽しみながら春の訪れを感じていました。



会場は大盛況



満開でした



夜は幻想的な雰囲気に



白熱のステージイベント



バラエティ豊かなキッチンカー集合



お茶会の雰囲気を味わう



八坂茶会



## 春 桜集めました



桜のトンネル!?

春満開

市内には桜を楽しむスポットがたくさんあります。広報担当がお散歩がてらぶらっと巡ったところを紹介します。



和泉ヶ池

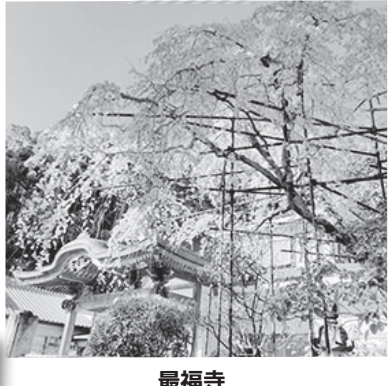
インスタグラムにも掲載しています



TOGANE.CITY



日吉台公園



最福寺



山田にある陽光桜の並木道



岩川池



願成就寺

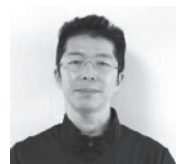


山王台公園

### ■ 広告欄 ■

第12回

「腸内フローラってご存じですか?」



井上医師【内視鏡専門医】

最近テレビで「腸内フローラ」という言葉をよく耳にします。人間の腸には約千種類もの細菌が暮らしており、これらをまとめて「腸内フローラ(腸内細菌叢)」といいます。人間にとって善い菌もいれば悪い菌もいて、日々勢力争いが繰り返されています。腸内フローラは①人種、地域によって差があり、②食事やストレス、生活環境によって変化し、③下痢や便秘だけでなく、糖尿病や心臓病、認知症などにも関わっていることがわかっています。日本人の腸内フローラには善玉菌が多く、これは伝統的に漬物や納豆、醤油などの発酵食品を多く食べているためと考えられています。腸を健康に保つために大切なのは「毎日の食事」です。①乳製品や発酵食品、②豆や穀物などに含まれる食物繊維をしっかり食べて善玉菌を増やします。最新技術により、採取した便の一部から腸内フローラを調べることができます。当院人間ドックでも実施していますので、興味ある方は一度調べてみてはいかがでしょうか。

### ■ 広告欄 ■

はじめての方、いつでも診療いたします。厚生労働大臣指定 歯科医師臨床研修指定診療所 医療法人 社団 歯友会

## 東金デンタルクリニック

歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科 / 歯科口腔外科

診療時間 平日 AM9:00~PM7:00 休診日 年中無休  
日・祝祭日 AM9:00~PM6:00

東金市東金1146 (東金駅入口)

TEL.0475-52-0418

## ファミリー歯科

歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科 / 歯科口腔外科

診療時間 平日 AM9:00~PM7:00 休診日 年中無休  
日・祝祭日 AM9:00~PM6:00

東金市東岩崎2-25-14 (東金バイパス ケンタッキー隣り)

TEL.0475-55-8111

## 漢方相談

肩こり 痛み しびれ 冷え 頻尿 不妊 ホテリ 汗 便秘 ち 鼻 不眠 不安 うつ 過食 肥満 喘息 ニキビ シミ 乾癬 かゆみ 耳鳴り めまい 更年期 チック症 味覚・嗅覚障害 コロナ後遺症

漢方専科ファーマシーはぎわら 東金駅東口 徒歩1分 ロータリー内

相談時間 10:00~12:00 14:00~19:00 定休日 日・祝

予約制 ☎0475-52-1818

キョーレオピネオ・レオピファイブネオ 取扱店

## 医療法人 静和会 浅井病院

東金市家徳 38-1 ☎58-1407

New 内視鏡センター Open

新しくなった内視鏡センターはBGMが流れ、リラックスクスできる空間が広がっています。広々とした検査室は3室に拡充しました。好評いただいています胃カメラでの人間ドックの予約が取りやすくなりました。

※東金市がこの広告における企業・製品・サービス内容について推奨するものではありません。

広告掲載に関する問い合わせ▶秘書広報課☎(50)1114