

# 平成吉作事情

Vol. 215 平成29年3月号  
〒930-0142 富山市吉作355  
吉田内科クリニック  
院長 吉田 雅一

## 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種 受け忘れはありませんか？

平成28年度の対象者の接種期限は、  
平成29年3月31日までです。



- 肺炎球菌感染症は、肺炎球菌という細菌によって引き起こされる病気です。この菌が、気管や肺に侵入すると、気管支炎、肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。

【平成28年度の対象者】

65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方

◆ 接種費用は 3,000円です。

- 予約をし、接種当日に必ず接種券と記入済みの予診票を医療機関の窓口へ提出してください。（対象年齢の方には、ピンクの封筒で紫色の接種券・予診票が郵送されています。なくしてしまった方や、届いていない方は、下記へお問い合わせ下さい。）

【お問い合わせ】 富山市保健所 保健予防課 ☎076-428-1152

## 調べてみませんか？

- 血管年齢** 動脈硬化の早期発見できます。
- 肺年齢** 呼吸器疾患の早期発見できます。
- 骨年齢** 骨粗しょう症がわかります。



漢方での処方をご希望の方ご相談下さい。

咳の出る人は、色をチェックしましょう。  
病のサインです、ご相談下さい。

新  
人  
紹  
介



尾崎 智子

1月から  
来ています。  
よろしく  
お願いします。



吉田 浩美



味なお話 「向付」料理盛ってこそ  
あゆみ会 会長 平井俊秀

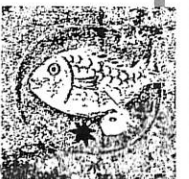
40歳を過ぎた頃からだろうか料理だけでなく、それを盛る器にも興味を抱くようになった。それは僕が美味しいと思う料理屋さんが、一様に器にこだわっていると気づいたからだ。ある和食の料理人はこう言った。「器は料理の着物。似合わなければどんな食材も台無しになる」と。

和食は皿、鉢、椀など多くの器の種類があり、それと料理をどのように組み合わせるかがセンスの見せ所となっている。そうしてそれらの和食器の中で特にデザインの多様性に富んでいるのが「向付(むこうづけ)」と呼ばれる器だ。向付というのは本来懐石料理の献立の一つを表す言葉である。料理を折敷(お膳)に乗せるとき、手前にある飯椀と汁椀の向う側に置くところからその名がついた。後にそれを盛る器の総称として使われ定着していったと考えられている。

つまり向付には、形についての決まり事がそもそも存在しない。それゆえに驚くほど多彩な形状が生まれた。四角、六角、筒形、舟形、扇形、瓢箪形、動植物の姿を模した鶴、干鳥、蛤、鮑、栄螺、椿、桜、牡丹、百合、菊、紅葉、柘榴(ざくろ)、割山椒。器に彩色する方法も、染付、錆絵、色絵、染錦(そめにしき)、金襴手(きんらんて)と、さまざま。これほどのバリエーションを持つ食器は世界的にみても珍しいのではないかな。

先人たちはこの向付に四季を反映させる事を思いついた。春は桜の器に鯛を盛り、夏には百合の器に鱧(はも)を盛り、秋は紅葉の器に甘鯛を盛るといふ具合だ。それによって折敷の上に季節をくっきりと浮かび上がらせる。こうした使いこなしも日本料理独特のものだろう。向付は年月を経た古いものが料理になじむ。だから名品と呼ばれるのは江戸時代以前に作られた器に多い。とりわけ見事なのは桃山時代の志野や織部、江戸前期古伊万里、そして京焼の野々村仁清や尾形乾山の器だが、その多くは美術品として扱われ、実際に料理に使われることはほとんどない。しかし、向付は食器だ。ガラス越しに鑑賞する芸術作品ではない。あくまでも料理を盛るための器であり料理を盛ってこそ完成する器なのだ。先人たちはそう考えて作っていたに違いない。

いつか、夢の又夢だけど、これらの器を美術館の陳列棚から解放し、腕利きの料理人の料理を盛って食べてみたい。



最近の鼻水は  
アレルギーかも?!  
39種類の原因検査  
できます。

- 植物 ●食物 ●室内塵
- ペット ●昆虫 ●カビ
- その他



待合室には、

- いろんなパンフレットがありますので、おたずね下さい。



血糖値スパイク

とは、普段はだいじょうぶだけど  
食後1時間後のみ血糖値が140以上になる事です。  
糖尿病予備軍ですよ。一度、調べてみませんか！

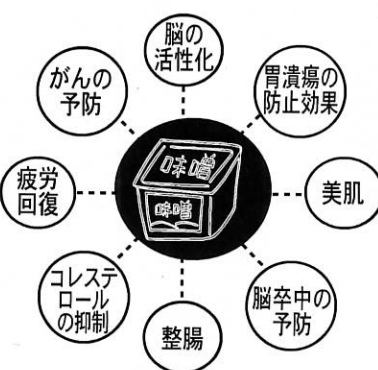
## おたっぴやけ〜大豆・麹・塩・水でつくる発酵食品〜

「味噌」は医者いらず

管理栄養士 大畑 洋子

味噌は、千三百年も前から日本の食文化を形作ってきた調味料であり、また日本人の健康を支えてきた縁の下の力持ちです。毎朝一杯のみそ汁が元気の元。味噌の魅力を改めて知り、日本の伝統的な食文化を継承していきたいものです。

味噌の原料である大豆は“畑の肉”とも呼ばれ、動物の肉に匹敵するだけの豊富なたんぱく質を含んでいます。そしてこの大豆が発酵することによって、新たに多くのビタミンやアミノ酸が生成され、栄養価はさらに優れたものになります。日本人は、鎌倉・室町時代からみそ汁とごはんを中心とした食事を基本としてきました。ごはんのみそ汁という質素な食事をしながらも健康でいられたのは、味噌がすぐれた機能性食品であることを証明しています。



レシピ

◆ほうれん草の粕味噌和え

材料 <2人分>

- ・ほうれん草 …… 1/2束 (100g)
- ・みそ …… 大さじ1/2
- ・酒粕 …… 大さじ1/4

作り方

- ①ほうれん草をゆでて、2〜3cm長さに切る。
- ②みそと酒粕を混ぜ合わせ、①を和える。

**“あゆみ会” 会員様のご紹介**



大崎 豊子 様

◎『あゆみ会の行事に毎回バスで行くのが楽しみなんです』と笑顔で答えてくださり、参加していただいています。

これからも元気に参加して、楽しい思い出をたくさん作りましょうね。



**「看護助手での学び」**

山崎 真依



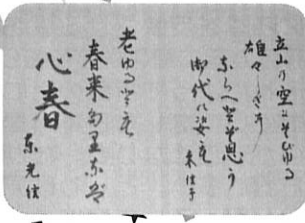
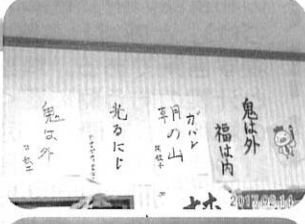
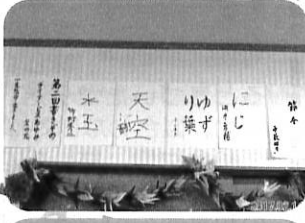
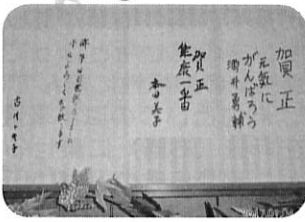
吉田内科クリニックで看護助手をさせていただいた山崎真依です。この度、3月10日付で退職することになりました。

2年前、看護の世界に飛び込んだ日から、もうそんなに経ったのだなと思う時間の早さを感じます。働き始めの頃、専門用語が飛び交っていて何も分からずとても不安になったのを昨日のこのように覚えています。そんな中で一つ一つ教えて下さったのは、先生をはじめとする職員の皆さんでした。そして勉強し、いろいろなことが分かってくると、お仕事がとても楽しくなりました。時には厳しく注意していただいたこともあり「できない自分」と向き合い、落ち込むこともありましたが、でもそうやって気づかせてもらえることはあたり前ではないし、とても有難く感じました。感謝でいっぱいです。

「咲いた花みて喜ぶならば咲かせた根元の恩を知れ」という言葉があります。今の私がいるのは、ここで働かせて下さった院長先生、温かく見守って下さった職員の皆様、「がんばれ」と声をかけて下さった患者様。みなさんのおかげです。ここの気づきを大切に、新たな場所でも頑張っていきます。この場をかりて……皆さん、2年間本当にありがとうございました！！

**デイサービス あゆみ・梨の花だより**

**1月4日(水)  
書初め**



**1月6日(金)  
カルタ大会**



**1月18日(水)  
お楽しみ会**



**2月8日(水)  
もちつき大会**



**1月27日(金)  
1月の誕生会**



**2月3日(金)  
豆まき**



**2月15日(水)  
法話会 西光寺の中 哲陵住職**



**2月22日(水)  
2月の誕生会**

