かなえ

第81号（平成31年3月）

医療法人社団鼎会 三和病院
松戸市日暮7-379　☎047-712-0202
http://www.sanwa-hsp.or.jp

医療法人社団鼎会 八柱三和クリニック
松戸市日暮1-16-2　☎047-312-8830
http://www.y-sanwa-cl.com

生コン工場のスケッチ

今日は暖かい日だ。松戸から流山方面を車で向かう。古ヶ崎中学を過ぎて左手に松戸生コン工場が見える。この工場は最近リフォームして、ピカピカの生コン工場になった。ミキサー車がせわしく出入りする。

横道に行き止まりの川がある。横六軒川からの一部だ。今は水が少なく、川に水があると工場が映り、迫力が出ると思う。今日はこの場所でスケッチ。この近くにまこも池公園が地図にあった。裏道から入ったせいか、道が狭く残念ながら取材は次回にすることにした。

絵、文　菅谷功　２０１９年２月

愛しのパン

三和病院
乳腺外科 小寺麻加 医師
外来診療日 【三和病院】月曜午前・火曜午前・金曜午前・土曜午前

こんにちは、乳腺外科の小寺です。今回は私の好きな食べ物のお話です。

突然ですが、みなさんパンはお好きですか?私は大好きです。

私の趣味のひとつは、パン屋さん巡りとパンモチーフの雑貨を集めること。休日に気になっていたパン屋さんに足を運び、食べきれるのかというほどのパンを抱えて帰る時がたまらなく幸せなんです。パン屋さんの前を通ると、小麦の良い香りがフワッと漂ってきて、ついお店に入ってしまった経験のある方も少なくないはずです。

「愛しのパン」はパンマニアの片山智香子さんの著書で私の愛読書なのですが、パン特有の香りと風味、そしてあの可愛らしいフォルム…私にとっても、パンは“愛しい”存在なんです。

「愛しのパン」片山智香子著▶
洋泉社(2016年5月発売)

私は小さい頃からパンが好きでした。やっと大人と同じものが食べられるようになった年頃の私は、レストランで出てくるバケットに驚き大好物になりました。でも自分は中の白いふわふわの部分ばかり食べて、硬い耳の部分は母にせっせと食べさせていたみたいです(ごめんなさい)。本格的にパンが好きになったのは社会人となって、一人暮らしを始めてから。仕事柄ここ数年は毎年のように引っ越しており、いつも初めての土地で寂しい思いをしていました。そんな時に心の支えだったのが地元のパン屋さんです。どこの地域でも1軒は地域に根差したパン屋さんがありますよね。私も引っ越した先でお気に入りのパン屋さんを見つけては、足繁く通っていました。

パンの基本的な原料は小麦粉・水・塩・パン酵母、これに加えてバターや牛乳、砂糖などさまざまな原料を加えることで味が変化します。パンのふわふわを作ってくれるのはパン酵母。水や糖と結びつくことで発酵させます。パンに使われる酵母菌にはイーストと天然酵母があります。イーストは自然界に存在する酵母菌のうち、パン作り

に適した菌のみを増やしたもの。イーストは発酵力が安定していて扱いやすいので、市販のパンではほとんどに使われており馴染みがありますね。天然酵母は自然界にある果物や植物に付着している菌のことで、様々な種類があります。いわゆる“ハード系”のパンに多く使われているイメージかと思いますが、天然酵母のパンには独特な風味があり、複雑な味わいを楽しむことができます。天然酵母パンを酸っぱいと感じる方もいるかもしれません。これは天然酵母には乳酸菌や酢酸菌が含まれており、これらの菌が作る有機酸が独特な酸味につながります。天然酵母は市販のイーストと比べて酵母の状態が不安定で、発酵を見極める技術が難しくなります。ですから自家製の天然酵母を使用しているパン屋さんと聞くと、パン作りへの並々ならぬこだわりを感じます。

私の憧れのパン屋さん、鳥取県にあるタルマーリーというお店は発酵にこだわっているお店で、地域の野生菌のみを自家培養して、それを使ってパンやビールなどの商品を製造しています。地域の天然酵母や天然水、小麦などの素材を使用した商品の製造販売を行うことで、地域経済の活性化に貢献しています。さらにいつまでも天然菌を採取し続けられるよう、自然環境を守る活動も行うことで自然界に還元するような取り組みもされています。発酵オタクの店主である渡邉さんは“田舎のパン屋が見つけた「腐る経済」”というという経済本まで執筆されています。発酵から経済の仕組みについてまで考えるなんて、菌も奥が深いですね…。

松戸のパン屋さんといえばやっぱりZopf。Zopfの天然酵母パンも美味しくて大好きです。昨年松戸市に越してきてZopfを知り、松戸での生活がもっと楽しくなりました。パンは日常をちょっと幸せにしてくれます。スーパーで売っている親しみやすいパンやご当地パン、こだわりのブーランジェリーまでさまざまなパンがありますが、パンの良いところは数百円出せば幸せが買えるというところ。美味しいパンがあると朝がちょっとだけ楽しみになりますよね。私はスマホのメモ機能の中に、パン屋さんリストを書き溜めています。みなさんのおすすめのパン屋さんもこっそり教えてください。

診療科 乳腺外科

小寺（こでら） 麻加（あさか）プロフィール

不慣れなところも多いですが、患者さんに安心して診察を受けていただけるよう頑張ります。

卒業大学
東京女子医科大学（医学部 平成26年卒業）

現所属病院
三和病院 常勤

認定医／資格
マンモグラフィー読影認定医

鼎会からのお知らせ

休診のお知らせ

三和病院

3月4日(月)～6日(水)　乳腺外科　長谷川　圭 医師 代診あります
3月14日(木)……　内　科　渡辺　聡枝 医師
3月27日(水)……　泌尿器科　三井　要造 医師
3月30日(土)……　整形外科　佐藤　雅 医師
4月15日(月)・16日(火)　内　科　李　鍾碩 医師

八柱三和クリニック

3月27日(水)……　内　科　神﨑　哲人 医師

さくらんぼの会

三和病院には「さくらんぼの会」という乳がん患者会があります。同じ病気と向き合う仲間同士、年に4回定例会で集まって話をしています。治療中の方は、治療に関する悩みを相談したり、つらい気持ちを分かち合ったり…

参加申込みは、受付・外来のスタッフまでどうぞ
登録費:1,000円(年会費などはありません)

麻しん(はしか)が流行しています!

県からのお願い ―県民の皆様へ―

❶麻しんは、有効な治療方法がなく、予防する唯一の手段はワクチン接種です。麻しんの定期予防接種(第1期:1歳児、第2期:小学校就学前の1年間)をまだ受けていないお子さんは、かかりつけ医に相談し、早めに予防接種を受けましょう。また、麻しんを発症すると、多数の者に感染を引き起こしてしまう可能性が高い医療関係者、児童福祉施設等の職員、学校等の職員等で、麻しんに未罹患であり、かつ、麻しんの予防接種を2回接種していない方は、予防接種を受けましょう。

❷症状から麻しんが疑われる場合、必ず事前に保健所に連絡のうえ、保健所の指示に従って医療機関を受診してください。受診の際は、周囲の方へ感染させないよう公共交通機関等の利用を避けてください。また、麻しんにかかった(検査で診断された)ことがない方が海外渡航する時には、渡航先の流行状況を確認するとともに、麻しんの予防接種歴を確認し、2回接種していない場合、又は接種既往が不明の場合には予防接種を受けることをおすすめします。

麻しん(はしか)とは

原　因	麻しんウイルス
潜伏期間	約10～12日間(最大21日間)
症　状	感染すると、約10日後に38℃程度の発熱や咳、鼻汁といった風邪のような症状が2～4日続き、その後39℃以上の高熱と共に発疹が出現します。
治　療	特異的な治療法はなく、対症療法
感染経路	空気感染、飛沫感染、接触感染で感染力は非常に強いと言われています。
感染症法	五類感染症、全数把握疾患(診断を行った医師は保健所に届け出ることになっています)
予防方法	ワクチン接種

医療法人社団鼎会への寄付金のご協力をお願いしております

医療法人社団鼎会基金へのご協力ありがとうございました

多数の方々よりご協力をいただきました基金の募集は一旦終了とさせていただきます。皆様のご協力ご支援に深く感謝申し上げ、心より御礼申し上げます。ご協力いただきました基金につきましては引き続き大切に運用させていただきます。

三和病院開設以来、皆様のご理解とご協力の下、地域に根差した医療活動を運営してまいりました。新しい医療機器の購入や室料差額無料など、より良い医療の提供や患者様の負担を軽減する運用を継続していくために一層の努力を重ねてまいります。

寄付金につきましては引き続きご協力をお願いしております。
詳細につきましては下記にお問い合わせください。

医療法人社団鼎会総務課　TEL047-712-0202

三和病院・八柱駅間シャトルバス運行予定表

平成28年8月

八柱駅発			三和病院発		
8時	30	50	40		
9時	10	30 50	00	20	40
10時	30	50	20	40	
11時	10	30 50	00	20	40
12時	30	50	20	40	
13時	10	30	00	20	50※
	昼休み				※土曜日のみ運行の最終便
14時	20	40	10	30	50
15時	00	20 40	10	30	
16時	20	40	10	30	50
17時	00	20	10	30	45※

※この便は状況に応じて増便いたします。

※交通状況等によって時間通りに運行できないことがあります。
※日曜・祝日・年末年始(12/30～1/3)は運行しておりません。
※定められたバス停などはございません。※八柱駅の交番前を目安に発着しております。
※八柱駅前のロータリーの駐車状況によっては、交番前に停車できない場合がございます。その際は、ロータリー内の可能なスペースに停車致しますので、ご了承下さいませ。