



地元に愛されるクリニックを目指して

とくち内科医院

2

2022
February

News Letter

ニュースレター

今年も豆まきで厄祓い!
皆さまの無病息災を
願います。



北海道岩見沢市にある内科、呼吸器内科、消化器内科のとくち内科医院です。

皆様の
「かかりつけの医師」として
何でもご相談ください。



院長 得地 史郎

2月の診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

3月の診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

終日休診

午後休診

※2月23日(祝)は当院当番日で、午後も診療します。

※止むを得ない事情により当番表を変更することがありますので、新聞紙上でもお確かめ下さい。

【診療科目】内科、消化器内科、呼吸器内科

【診療予約】なし

【診療時間】午前／9:00～12:30

午後／14:00～17:30

【休診日】日曜、祝日、火・木・土午後

医療法人 久佑会

とくち内科医院

TEL.0126-23-1515 FAX.0126-24-0022

〒068-0023 北海道岩見沢市3条西6丁目11

<https://tokuchi-naika.com/>

とくち内科 検索



当院は昭和45年、得地一久理事長が岩見沢市3条西6丁目に『とくち内科・胃腸科』として開業いたしました。現在は長男 得地史郎(ふみお)院長が主に消化器科、次男 得地令郎(よしお)副院長が呼吸器科を担当しております。

岩 見沢では立春とは名ばかりの厳しい寒さが続きますが、暦の上では春を迎えるました。全国的なオミクロン株の感染爆発と重なり、今は辛抱の時ですね。さて、2月といえば節分。節分といえば豆まきです。季節の変わり目には病気や災害をひき起こす邪気が家に入りやすいとされ、鬼に見立てて追い払い行事です。

豆まきは、平安時代に疫病を追い払う「追儺(ついな)」という儀式が中国から伝わり、大晦日の宮中行事となりました。室町時代には次第に民衆に広まり、「豆まき」となり、江戸時代に大晦日から節分へと移行し、現在の形に至ったとされています。

古来、果実や穀物には精霊が宿ると信じられており、豆は「魔(ま)を滅(め)す」という語呂合わせから、豆をよく炒つた豆まきになりました。

節分の豆は「福豆」と呼ばれ縁起が良いものとされ、また一方でまた豆から芽が出ると縁起が悪いとされたため、炒つた豆まきになりました。

大豆を使うようになりました。豆を投げて鬼(邪氣)を追い払い、代わりに福を呼び込むという意味で、「鬼は外、福は内」の掛け声が定着しています。

昭和30～40年代頃から北海道では殻付きの落花生をまく家庭が多くなりました。拾つて食べるのに衛生的とか、大きくて扱いやすいというのが理由のようです。

1年の厄除けを願いながら、自分の年齢に1を足した数の、地域によっては年齢と同じ数の豆を食べます。「落花生に豆が2粒入っている場合は何個と数えるのか?」という疑問が生じますが、「殻＝1個」と数えるようです。

本年も当院ではスタッフ全員でコロナウイルスの早急の退散と皆さまの無病息災を祈願して豆まきを行いました。

基礎的な感染対策を取り、栄養状態を良好に保ち、運動や睡眠を十分にとって、オミクロン株に立ち向かいましょう。



当院では、駐車場の混雑状況をお知らせするため、3階から駐車場を撮影しインターネット・ホームページで動画を配信しております。気になる方は他機関の駐車場をご利用下さい。



加湿器肺炎

2月に入り空気がかなり乾燥してきました。空気が乾燥すると喉や鼻の粘膜の防御機能が低下するとともに、ウイルスが長時間空気中に浮遊するため、ウイルスに感染しやすくなります。そのため加湿器を利用し湿度を保つことは、感染予防のためにとても重要ですが、一方で加湿器が原因で肺炎になることがあるので注意が必要です。

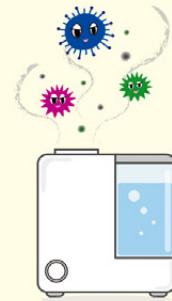
● 診断

「加湿器肺炎」は加湿器の中に発育したカビやレジオネラ菌などを吸い込むことで起こります。カビ 자체は病原性が低く、直接肺炎を引き起こすことは稀ですが、肺や気管支がカビに対するアレルギー反応を起こすことが加湿器肺炎の原因となっています。専門的には加湿器肺炎は過敏性肺炎といふアレルギー性肺炎の一因のため、通常の肺炎の治療薬である抗生物質(抗生素)は効果がありません。

なります。血液検査では白血球中の好酸球数(アレルギー增加)の増加も参考になります。

● 治療

CT検査に加えて、内視鏡を用いて肺の細胞や組織を採取して顕微鏡で調べることもあります。加湿器肺炎が疑われた場合、さらに入院などで加湿器のカビから隔離されれば症状が良くなるか、再度同じ加湿器を使用して症状が出るか(環境誘発試験)などで診断します。



健康

Healthy Cooking
クッキング

おなかの健康には毎日の食事が大事です。ご自宅で簡単にできる料理をご紹介していきます。

シューマイでほっこり

蒸す事で、水溶性のビタミン(ビタミンB群、Cなど)が水に溶け出るのを防ぐので、損失が少なくなります。

材料(12ヶ2人分)

豚挽肉	200g
しいたけ	2ヶ
玉ねぎ	1/2ヶ
エノキダケ	1/2ヶ(80g)
片栗粉	大さじ2
生姜	1片(30g)
砂糖	小さじ1/3
醤油・ごま油・オイスター ソース	各大さじ1/2

1人分
393 kcal



タンパク質 24.2g / 炭水化物 41.8g /
ビタミンB1 0.93mg / ビタミンC 41.8mg

作り方

- しいたけ、玉ねぎ、エノキダケはみじん切りにして、水気を切りビニール袋に入れ片栗粉を加え混ぜておく。
- ボウルに豚挽肉とみじん切りの生姜と調味料を入れ、粘りが出るまでこね、①を加え混ぜる。
- シューマイの皮を手に乗せ、スプーンで②を真ん中に乗せ軽く握り形を整える。
- 蒸し器にオープンペーパーを敷いて、シューマイを並べ隙間にブロッコリーやにんじんを入れ、10分位蒸す。



まちなか 散歩

Walking plus

帰りに
よってこ

まちで見つけた素敵なお店や場所、もの、人など情報をお伝えします。診療の帰りに寄ってみてくださいね。

L'heure du gouter おやつの時間

バレンタインデーに美味しいスイーツを!

赤い看板が目印の小さなケーキ屋さん。クッキー・パウンドケーキなどの焼き菓子は道産小麦を使っているそう。オーナー、五十嵐さんの地元への想いが伝わる、とっても優しいお味です。ホールのケーキも予算や希望に合わせて予約注文できるので、記念日や大切な人にぜひ!

岩見沢市4条西4丁目7 TEL.0126-22-6767

●営業時間／10:00~18:00 ●定休日／日曜・第2、第3月曜



オーナーの五十嵐美帆さん。
オープンして今年で7年目になります。



バレンタインデーだけの特別。クッキー詰め合わせ。
1個300円(税込)



蒸し器つてあまり使わないかも知れませんが、
今時期は大活躍しますよ。