

診療予定 カレンダー

受付時間	日	月	火	水	木	金	土
午前9:00～午前12:00 (初診～11:30)	●	●	●	■	●	●	■
午後2:30～午後6:30 (初診～6:00)	●	●	●	■	●	●	■

2010年1月

日	月	火	水	木	金	土
5日より通常診療いたします。					① 休診	② 休診
3 休診	4 休診	5 全日	6 休診	7 全日	8 全日	9 休診
10 全日	11 休診	12 全日	13 休診	14 全日	15 全日	16 休診
17 全日	18 全日	19 全日	20 休診	21 全日	22 全日	23 休診
24 全日	25 全日	26 全日	27 休診	28 全日	29 全日	30 休診
31 全日						

1日(金)～4日(月)は年始休業、11日(月)は祝日のため休診です。
※12月29日～1月4日まで7連休となります。ご了承ください。

2010年2月

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

11日(木)は祝日のため休診となります。

当院サイト掲載の情報もご利用ください。 <http://www.azusawaseikei.com>

あずさわ通信 第14号

2010年1月1日発行

発行元: あずさわ 医療と癒しの融合

〒174-0051 東京都板橋区小豆沢2丁目36-13

小豆沢整形外科

マツエクリニックビル5F・6F
☎03-5916-4970 〆03-5916-4977

あずさわ通信

第14号
2010年1月1日発行
あずさわ 医療と癒しの融合
小豆沢整形外科



昨年の小豆沢整形外科は、掃除・修繕・改装・設備導入など、環境整備に力を入れた年でした。

今年私たちは、スタッフのチームワーク強化を通して、より快適なクリニックづくりを目指します。

今年一年の皆様のご多幸を、職員一同お祈り申し上げます。



ご挨拶 新年明けましておめでとうございます

無事に世界が2000年を迎えたな、と思ったらもう10年!

平成生まれの大学生が今年卒業して社会人!!

新設した小豆沢整形外科がもうすぐ5年!!!

研修医の記憶がまだ新しい自分も、医師になって早16年!?

(もはや若手ではない……)

くの方々に助けられてきたなあと、あらためて感謝の気持ちが湧いてきます。お世話になった全ての皆様、ありがとうございます。この場を借りてお礼申し上げます。

感謝の心を診療のエネルギーに変えて、皆様の健康増進のご支援に本年もますます努力する決意です。



2010年 元旦

小豆沢整形外科
院長 平 竜三

2010年元旦の今日、振り返ると時の流れに「え!?!」ばかりを感じる私ですが、同時に今までずいぶん多

健康情報

最高のミネラル食品のふるさと

「ミネラル」は誰でも聞いたことがありますね。けれどもその本当の意味と重要性は、医師も含めて必ずしも十分に理解されているとは言えません。

ミネラル(mineral)は鉱物の意味ですが、栄養学においては炭素を中心とする有機物以外の無機質元素のことを指します。代表的なものとして、カルシウム、リン、硫黄、カリウム、ナトリウム、塩素、マグネシウム、鉄、亜鉛、マンガン、銅、セレン、クロム、ヨウ素などがありますが、他にも何十種類もの極微量のミネラルが生体にとって必須です。

ミネラルは食品の中に含まれています。近代は表土のミネラルが流れ去ってしまい、野菜の中に含まれるミネラルは100年前の5分の1程度に減っています。世界的にも同様で、私たちは全てミネラル欠乏状態となっており、それが多くの現代病の一因と考えられています。

現代では全地球的に地表ミネラルが不足しています。



植物系ミネラルが大量に集まった地層がアメリカのユタ州で発見されました。それは、今から1億年前の植物化石層でした。当時の表土にはまだ有益なミネラルが豊富に含まれていたのです。そこから水に抽出した液体のミネラルは私たちの健康に大いに役立つことがわかり、製品化されました。私も10年前から利用しています。正に世界最高のミネラル食品であり、これ以上のものはありません。

2003年、私(院長・平)はユタ州エミリー鉱山の、植物系ミネラル採掘現場を見学してきました[写真1][写真2]。

あたり一面、まったく人がなく汚染の無い広大な土地で衛生的に採掘されていました。

薄黒や黄色の軟らかい石がミネラルを含む層(ヒューミックシェイ)です[写真3]。



写真3



写真1



写真2

次回以降に続きます。

院長記事

飲みにおいでよ! おいしい小豆沢の水(3) —三園浄水場見学—

三園浄水場で、元の川の水がどのように浄化されて、おいしい水道水が作られるのか、水の流れに沿って見てみましょう。

三園浄水場では、元になる水(原水)を利根川と荒川から引いていますが、その水源は群馬県・埼玉県あきがせしゅすいせきの山奥の複数のダムあさかすいろうの水です。浄水場は荒川の川岸近くですが、水は三園から約6kmも上流の朝霞水路あさかすいろうを通って導水ポンプ所に導かれ、まず浄水場内の着水井に入ります[写真1]。



川から着水井に入った原水は濁って不透明ですが[写真2]、特に悪臭はありませんでした。その後、凝集剤などが加えられ、急速かくはん池に送られて巨大なミキサーでかき混ぜられます。水は次にフロック形成池[写真3]に流れ、凝集剤に



写真2

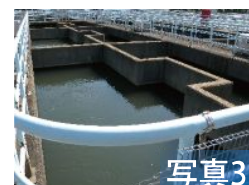


写真3

より濁り物質が集まって大きな塊(フロック)となります。続いて傾斜板式薬品沈でん池に入ると、濁り物質が沈み、水はだいぶ透明になります[写真4]。

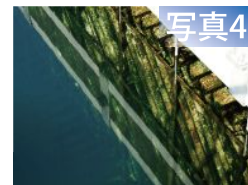


写真4

大きな濁りが取り除かれた水は、前段ろ過池に導かれ、アンスラサイト(無煙炭を細かくしたもの)と砂の層を通過して更に細かい濁りが除去されます。ここは異物の混入を防ぐために池にフタがしてあり、水は見えません。フタ部分には一面に太陽光発電パネルが設置され、浄水場の電力供給に利用されています[写真5]。



写真5

前段ろ過池を通り、見た目にはほとんど透明になった水は、高度浄水施設の地下にある巨大ポンプで、地上15mの高さに押し上げられます。太さ2mもの鋼鉄の管の中を水が上っていきます[写真6]。



写真6

次回はいよいよ浄水場の心臓部に潜り込みます! お楽しみに!

(協力:東京都水道局)