

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。

2010年3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 全日	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 休診	23 休診	24 休診	25 全日	26 全日	27 休診
28 全日	29 全日	30 全日	31 休診			

22日(月)は祝日のため休診、23日(火)は臨時休診いたします。
22日(月)～24日(水)まで3日連続で休診となります。

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15号

2010年2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
マツエククリニックビル5F・6F

小豆沢整形外科

☎03-5916-4970 03-5916-4977

あずさわ通信

第15号

2010年2月1日発行
あずさわ 医療と癒しの融合
小豆沢整形外科

梅の便りももうそろそろ。
春はもうそこまで来ています!



健康情報 不思議?! 手足ぼかぼか。冷え性、即解消!

冷え込む季節、冷え性の方はとても辛いのではないのでしょうか?

手足の先が強く冷えるのは血流が悪いからではなく、細胞内の代謝酵素の働きが鈍り、筋肉などの細胞が栄養素を十分にエネルギーに変換できなくなっているのです。

冷え性には、外から熱を加えるだけではあまり効果がありません。細胞が自ら熱を生産できる状態にすることが必要で、特に「生育光線」と呼ばれる波長9.4nm(ナノメートル。1nm=10億分の1m)にピークを持つ遠赤外線が最も有効に作用します。

この健康増進に役立つ「生育光線」を発生させる繊維を開発したのがブラジルのインヴェル社です。

製品の中でも、インソール(靴の中敷き:写真)とグローブ(手袋)がお勧めです。繊維1本1本

に特殊な鉱石(アルミナ)粉末が練りこまれ、鉱石から人体に最適な遠赤外線エネルギーが放射されています。エネルギーは組織深部まで達し、細胞を直接活性化して冷え性・痛み・肌荒れを改善させます。

インヴェルは誇張抜きで本当に効きます。私(院長)は、スキーの時、試しに片手だけスキーグローブの中にインヴェルグローブを着けてみました。すると、中まで濡れているにもかかわらず、インヴェルを着けた手だけポカポカ。一方、着けない方はかじかんで指が動かず、その差は歴然でした。

洗えば何度でも使え、薬と違って効果もずっと続きます。しかも副作用ゼロ。

手足の冷えに伴って痛みが悪化する方には特にお勧めします。

詳しくは受付や看護師までお問い合わせください。



健康情報

「神聖なる奇跡の水」の伝説 (前号続き)

アメリカ北部のインディアン・パイウト族の間では、数百年前から「奇跡の水」が伝えられていました。彼らは古くから、

野生動物が病

気や怪我

をすると

ある森の

奥に入っていき、わずか数日で元気に回復して出て来ることを見ていました。ある時、彼らインディアンはその謎を突き止めようと、動物達を追跡し、辿り着いた所で目にしたのは、黒っぽい崖の地層から流れ出る水を動物たちが飲んでいる光景でした。そこで動物たちは、わずか数日で癒され、やがて元の住処に帰っていきました。

インディアンはこの水に秘密があると思い、実際自分たちも飲んでみたところ、様々な奇跡的な健康回復が得られ、以後数百年に渡って大切に語り継がれ守られてきました。

その水の存在を白人が知ったのは1930年頃。当時の科学では正体を解明できず、一度は忘れ去られました。しかし近年最新技術で調査された結果、この水は人類が今最も必要とする植物系ミネラルの宝庫で

あることが明らかになりました。

ミネラルのサプリメントは過去にも海水や岩、牡蠣殻などを原料として作られてきました。しかしそれらは「金属性ミネラル」と呼ばれ、人体への吸収率が悪い上、時として有害でした。それに対して、植物が毛根から吸収し、植物細胞内でナノサイズにコロイド化されたミネラルが「植物系ミネラル」です。植物系ミネラルは吸収率が98%にも達し、人体に全く無害。世界的なミネラル欠乏時代に発見された、太古の地球からの贈り物です。

インディアンに語り継がれた「奇跡の水」の源流こそが、私が訪ねたユタ州エミリー鉱山の場所です[写真1]。採掘された黒い地層から、純水を使い1週間かけて70種類以上のミネラルが抽出され[写真2]、「植物系総合ミネラル」製品となります。これ一つで現代人のミネラル不足は全て解決できる素晴らしいものです。

ご興味ある方はお尋ねください。



写真1



写真2



写真1

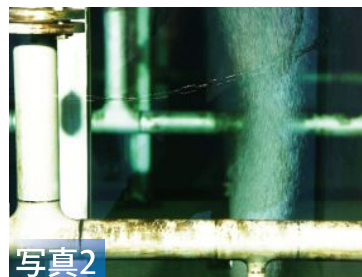


写真2



写真3

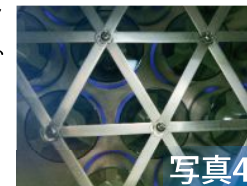


写真4

院長記事 飲みにおいてよ!おいしい小豆沢の水(4)

—三園浄水場見学—

濁っていた原水は、前号までの処理工程でほとんど透明に浄化されました。既に粒子状の不純物はほぼ除去されていますが、かび臭原因物質やアンモニア態窒素などの除去のため追加された設備が、次の高度浄水処理工程(オゾン処理+生物活性炭処理)です。

①オゾン処理

凝集沈でん・前段ろ過等を経た

水は、高度浄水施設の建物上部にあるオゾン接触池に入ります[写真1]。接触池の底からはオゾンの気泡が水中に噴出し[写真2]、残存する

有機物やかび臭原因物質などは、酸化・分解されます。オゾンは空気中の酸素に高電圧の放電をかけて発生させます。黄色い大きなタンクがオゾン発生器[写真3]。タンクの小さな窓を覗くと、中に青紫の放電が見え[写真4]、ここ

で作られたオゾンが管を通過してオゾン接触池まで送られています。

②生物活性炭処理

オゾン処理を受けた水は、次に、生物活性炭吸着池を通ります。オゾン処理で分解された有機物の除去や、アンモニア態窒素の酸化などが目的です。活性炭の持つ吸着作用に加えて、活性炭表面に繁殖した微生物の働きで、有機物やアンモニア態窒素などが酸化されます。

そして、高度浄水処理を経た水は、最後の仕上げ、「後段ろ過池」に入ります。厚さ約60cmの砂の層を通して、わずかに残った汚れが取り除かれ、おいしい水道水が完成します。

水は、一旦「配水池」と呼ばれる容量約5万m³の地下タンク[写真5]に溜められた

後、三園浄水場を出て、ご家庭や給水所へと送られていきます。

今回はおいしい水道水の飲み方をお伝えします!

(協力:東京都水道局)



写真5