

# 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。

## 2010年4月

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

29日(木)は祝日のため休診いたします。

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16号

2010年3月1日発行

発行元: **あずさわ** 医療と癒しの融合  
**小豆沢整形外科**

〒174-0051 東京都板橋区小豆沢2丁目36-13  
マツエクリニクビル5F・6F

☎03-5916-4970 📠03-5916-4977

# あずさわ通信

第16号  
2010年3月1日発行  
あずさわ 医療と癒しの融合  
小豆沢整形外科



## 院長記事

## 植村冒険館を訪ねて



写真1

2月のある寒い日、小豆沢2丁目交差点の掲示板ポスター [写真1]に目が止まりました。見ると「植村直己、メモリアル展示」とあります。興味を持った私は早速、板橋区蓮根の植村冒険館 [写真2]を訪ねてきました。



写真2

植村直己さんは、エベレスト日本

人初登頂、世界初の5大陸最高峰登頂、北極点単独犬ゾリ到達、グリーンランド3000km単独犬ゾリ縦断など、数々の偉業を成し遂げ世界を驚嘆させました。彼が43歳で消息を絶って26年経った今でも、その名は日本が世界に誇る大冒険家として、輝き続けています [写真3]。



写真3

植村さんは兵庫県出身ですが、27歳から板橋区仲宿に住んでいました。エベレストや北極点への大冒険も、ここ板橋から出発したのです。(中面につづく⇒)

## 院長記事

## 植村冒険館を訪ねて (続き)

植村冒険館は、植村直己さんの冒険スピリットを後世に伝えるため、1992年、板橋区によって設立されました。



今回の企画展は、植村さん最後の冒険になった冬のマッキンリー山登頂に関する紹介でした[写真4]。

彼は万全の装備で元気に出発しました[写真5]が、下山途中で登頂成功を伝える無線通信を残した直後に消息を絶ちました。その後の



検索で、山中に残された装備や日記、自分を撮った写真などが発見され、それら実物が展示されていました。中でも、山頂の杭にくくりつけられ、強風になびいていた日米の国旗[写真6]は、登頂の証であり、植



村さんの貴重な遺品です。奇しくも私が冒険館を訪れた2月13日は、ちょうど植村さんがマッキンリー山中で消息を

絶った日でした。26年前のこの日、極寒の風雪の中で最期をむかえた植村さんは何を想ったのでしょうか……。とても残念でなりません。

私は展示を通じて、植村さんが前人未到の冒険を次々に達成しつつも、いつも謙虚で豊かな人間性によって、世界の多くの人々に愛され尊敬されていたことを知りました。

植村冒険館は小さな記念館ですが、植村直己さんの偉大なチャレンジ精神に触れることができ、深い感動を覚えました。冒険好きの方はもちろん、そうでない方も、是非、一度はお訪ねになることをお勧めします。



## — 植村冒険館 —

所在地：東京都板橋区蓮根2-21-5  
電話：03-3969-7421  
開館時間：午前10時～午後6時  
(展示会への入室は5:30まで)  
休館日：毎週月曜日  
(祝日の場合は翌火曜日)  
年末年始

## 交通：

- 都営地下鉄三田線蓮根駅下車徒歩5分
- 東武東上線成増駅-JR赤羽駅西口よりバス、志村健康福祉センター入口停留所より徒歩5分

## 院長記事

## 飲みにおいでよ! おいしい小豆沢の水(5) —三園浄水場見学—



前回までで、川の原水が高度浄水処理を経て安全でおいしい水が作られる全工程をご紹介しました。

三園浄水場には、出来立ての浄水を飲めるコーナーがあります[写真2]。見学の最後に試飲させていただくと、黙って出されれば水道水とは気づかない、スーッと飲めるおいしい水でした。同じ水が「東京水」という名でペットボトル入り販売もされています[写真3]。



この水道水を、自宅でもおいしく飲む方法を以下にお伝えします。



①水道水がおいしい温度は10～15℃ 「おいしい水研究会」(厚生省(当時)が昭和59年に設立)が発表した「おいしい水について」(昭和60年5月)によると、おいしい水の水質要件として水温は20℃以下となっています。

冷やしすぎると、舌の感覚が麻痺しておいしく感じなくなる上、胃腸も冷えてよくありません。10～15℃が適切であると私は考えます。

夜のうちにペットボトルに汲んで室内に置けば、朝にはちょうど良い温度になっているでしょう。冷蔵庫内は食品臭がうつる上、冷えすぎるので室温が適切です。

## ②あなたの家は「直結給水」?

従来の集合住宅では、浄水場から来た水道水を一旦受水槽に貯め、そこから各戸に給水する方式が主でしたが、最近では、各戸に直接給水する直結給水方式が増えてきています。

この方式では、受水槽のような点検や清掃が不要であり、浄水場からの水を、受水槽に貯めることなく、直接蛇口から飲むことができます。

三園浄水場取材シリーズは今回で終了です。

今回の取材で、高度浄水処理をはじめとした「安全でおいしい水」への取り組みや、浄水場を守る人々の弛まぬ努力で水道水が支えられていることを学びました。これからは感謝して水を利用したいと思います。

次号は、小豆沢の水「番外編」をお届けします!



(協力:東京都水道局)