

# おらほの 自慢の産物



# 診療所だより

第三八二号 (3月号)

発行 医) 宏友会  
上田診療所  
酒田市上野曽根  
字上中割 7 3 番地  
TEL 0234-27-3306  
責任者 矢島恭一

**\* 今回の特産物**  
ふきのとう「春音」

**\* 出荷先**  
農協・関東や  
関西方面の市場

**\* 「春音」について**  
平成 24 年から本格的に栽培開始  
された、品質の高いふきのとうで、  
山形県が奨励している品種です。



梅津 祐太さん

ふきのとうを見かけて、春の訪れを感じたことはありませんか？  
今回は食用のふきのとうの栽培を行っている梅津さんにご協力頂きました。



☆掘り起こした「ふきのとう」出荷まで並べて寝かせます。

収穫の時に株を掘り起こすのは、思ったよりも体力が必要でした。また、酒田でふきのとうを栽培している農家は自分を含めて4人なので、相談できる仲間が少ない中、研修会に参加したりしました。鶴岡の友人にはいろいろ教えて頂き、とてもありがたかったです。

**栽培するとき  
大変だったこと**

元々行っているたばこの栽培が落ち着いた後に取り組める冬の作物はあるのか、農業普及課に相談したところ、ふきのとうの促成栽培を勧めてもらいました。難易度もそこまで高くないとの事だったので、挑戦してみることにしたのがきっかけです。

**ふきのとうを  
育てようと思った理由**

丸くて身の縮まった可愛らしい見た目とは裏腹にほろ辛い風味があり、茹でた後水にさらして食べるのがおすすめです。実は今年が初出荷です。心を込めて作りました。県内にとどまらず、関東や関西の市場でも評価されている品種で、料亭でも使われているそうです。  
もし、見かけた際には、ぜひ堪能して頂けたら、生産者として嬉しい限りです。

**「春音」の特徴と  
栽培への思い**

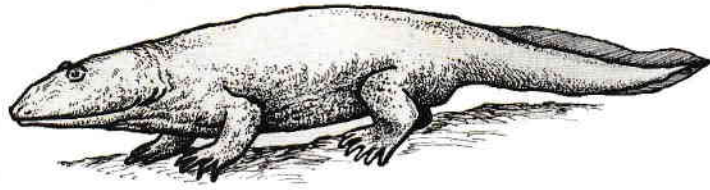
☆外側の葉をむき、  
1つずつ丁寧に  
箱詰めしていく。



# シリーズ「ふるさと」

## その138 指は10本

私たちは「一十百千」と十進法で計算しているが、コンピュータは0と1の二進法で計算している。それを我々が理解できるように、十進法に変換して表示している。人間が十進法（数）で計算をするのは、両手の指の数が10本だったからだろうと思う。人間の両手の数が12本だったら、十二進法を使っていただろうと思う。では、人間の指はなぜ10本なのだろうか？



人間の指は片手で5本（両手で10本）だが、哺乳類も同じく5本である。ワニなどの爬虫類も5本で、それから進化した巨大恐竜も5本だっただろうと思う。馬のひづめは1本だが、レントゲンで調べると5本の指の痕跡がみられる。

指が5本になったのはデボン紀（三億六千万年前）の両生類イクチオステガからである。浅い海に棲んでいた魚から陸上に進化した両生類で、指の数は7本や5本など、ばらつきがあった。しかし、浅海の泥の海岸から陸地に上陸する時、3本の指では泥に刺さりすぎ7本の指では滑りやすさ、5本が丁度よかったのである。

1万円札を使っている。十進法はイクチオステガが陸地上陸する時の泥の具合で決まったものである。

（庄内 平也）

# 1月9日法人新年会！



2020年 始まりのお祝い！



新年の運勢！おたのしみ抽選会☆



ゆったりした時間を過ごせました☆

診療所内にある花たちです！探してみてください♪



## 新人職員を紹介

2月よりお世話になってます。取り柄のフットワーク力を生かし、1日も早く仕事に慣れ、皆さんのチームの一員となれるように頑張ります。実は謎トレが大好きです。良い問題がありましたら是非教えて下さい！



事務

中澤 麻衣子さん

二十四節気と七十二候

矢島 恭一

今回の話は、昨年暮れに起きたちよつとした周辺事情から始めます。いつもの年の暮れには、出入りの業者からお歳暮の意味で、たくさんのカレンダーや手帳などが届きます。ことのほか私たちの仕事と関係が深い製薬会社からのカレンダーは、各社趣向を凝らした魅力的なものが多かったのですが、昨年暮れから製薬会社の申し合わせにより、全く届かなくなりました。

この背景には、毎年増え続ける医療費抑制があります。政府は、高齢社会の中で医療費の伸びを出来るだけ抑え込むために、診療する側に厳しい制約を課してきました。それでも医療費の伸びは、抑えられないので、ここ数年、銚先は薬剤費を抑制することに向けられています。

例えば先発メーカーの薬ではなく、特許の切れたジェネリックと呼ばれる薬価の安い薬を使うように各保険者（診療報酬の支払い側）から求めてきます。ジェネリック品の比率を全体の80%以上にしようとしています。

そうなると新薬を開発して、世に出してきた製薬メーカーの売り上げは減りますから、経営的に非常に厳しい状況になります。近年メーカー同士の合併再編や宣伝を担当する社員を減らしたりして凌いできましたが、さらなる経費節減のために、宣伝活動に使っていた名人入りのボールペンやメモ帳、付箋紙など景品の配布を止めたのです。

日本の商習慣として、お歳暮代わりに頂いていた製薬メーカーからのカレンダーがないのは寂しいもので、他の業者さんから頂くカレンダーもたくさんあるのですが、ここは自分で調達することにしました。30年近く愛用してきた某メーカーの卓上カレンダーは、手元に置いて日々の予定を書き込むのに重宝していたのですが、なかなかびつたりするものが見つかりません。手帳も長年慣れ親しんできたものに代わるものは結局見つかりませんでした。



そんな中で、買って良かったと思うカレンダーがありました。以前にも書きましたが、眠れない夜は、NHKの「ラジオ深夜便」を聴くといよと患者さんにお勧めしている番組があります。その番組のエンディング（朝5時少し前）で、その日の「誕生日の花ことば」が必ず紹介されます。その花ことばをまとめた本

は、以前購入していたのですが、この機会に花ことばとその花の絵をカレンダーにしたものを自分の部屋用に調達してみました。花ことばやその日の花は、統一されたものはないのですが、共通しているのは、季節を感じる配列になっていることです。身近な花が多いですが、中にはラジオを聴いただけでは分からず、どんな花だろうと知りたくなることがあります。そんな時にカレンダーを見れば、すぐ確かめることが出来るのです。

もう一つ、このカレンダーを買って良かった点は、（ここでやっとなりのタイトルにつながるのですが）日付と花の絵の周りに印刷されている二十四節気と七十二候を知ることが出来る点です。

二十四節気は飛鳥時代に中国から日本に導入されました。太陽の動きを二十四等分し、その期間の自然の変化を象徴する名がついています。とくに農業においては、種まきや収穫の時期の大切な目安になってきました。そして二十四節気をさらに3つに分け、5日毎の期間を七十二候と呼び、気候や動植物の繊細な移ろいを短文で表しています。

まさに冬から春に移ろう、立春、雨水、啓蟄（けいちつ）、春分と続く今の季節の表現は、特別味わい深いものだと感じます。昨年までの自分を振り返ると日々の業務に追われ、季節の移ろいを味わう暇もなく、一年をあっという間に過ごしていたのですが、このカレンダーを眺めることによって、ちよつとだけ心の余裕を持てるような気になりました。

子どもたちの

たくひん

平田小学校



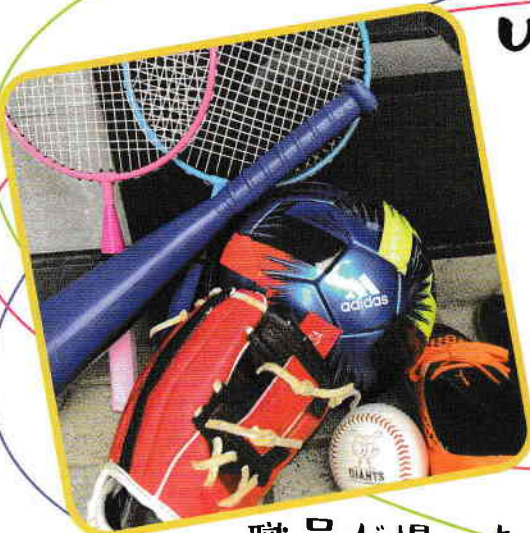
「リメコがおににいたずら」  
2年 佐藤 あすなさん



「がまんしていた  
リママメが食べられるぞ!!」  
4年 石崎 蓮さん

▶休日は息子と外遊び！

▶心温まる、大好きな1冊♪



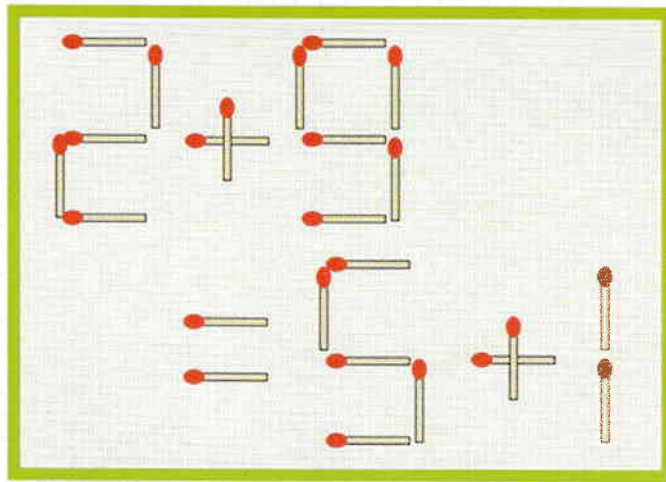
# Instagram



事務  
中澤 麻衣子



職員が撮ったお気に入りを紹介します★



☆マッチ棒を1本だけ動かして、正しい式にしたいと思えます。さて、マッチ棒をどう動かしたらよいでしょうか？

脳トレ  
アタマの体操



2月号の答え

- ① 2      ③ 4
- ② 6      ④ 4

頭を使って脳を活性化  
認知症予防に役立てよう！  
答えは来月号です。



ほほえみ  
がえし



数年前に百寿を迎えた散歩が好きなHさん。目標はいつまでも行きたいところ、自分の脚で行くこと。腰を痛め、車椅子を使う今も、「足踏みはできる。」ととても前向きです。またシルバーカーで散歩ができるといいですね。(坪池)

お知らせ

※3月25日(水)は都合により、午前中のみ診察とさせていただきます。

※咳や熱、腹痛・下痢などの症状がある方はマスクの着用をお願い致します。

※感染症が流行しています。仕事先や学校から帰宅した際は、うがいと手洗いをして予防に努めましょう。

編集後記

梅津さんの丁寧な仕事ぶりに、思わず見入ってしまいました。葉を綺麗にむき、重さを一つずつ量って包装するのは根気のいる作業だと思えます。消費者に素敵な商品を届けたいと言う想いが伝わってきました。(衣梨)