

# 星の街通信

秋号 Vol.24  
2014/10/15

高脂血症

夏の思い出

扇作り教室を終えて

子どもの歯とお口の中の異常や疾患

調剤と調剤の主役

白磁絵付け・花ごよみ

視点、ぐるぐる。

秋の炊きおこわ

駐車場利用のお願い

コーヒーで  
憩う秋



# コーヒーで憩う秋

『珈琲処はせ蔵』で  
コクテール堂のエイジングコーヒーを

スタッフはコクテール堂から、淹れ方の指導を受けている。お湯を細く落としながら、時間をかけて淹れることで美味しいコーヒーが抽出できる。挽きたてのコーヒー豆が膨らみやすいことから、前日に挽いた豆をドリップしている。



エイジングコーヒーとは……

世界中から厳選された高品質なコーヒー豆を、八ヶ岳を展望する生豆熟成庫で数十か月もの間ねかせ、丁寧に焙煎したコーヒー。



マイルドブレンド  
(ミディアム・ロースト / 中炒り)  
100g 420円



マイルドクラシックブレンド  
(ハイ・ロースト / やや深炒り)  
100g 450円



フレンチクラシックブレンド  
(フルシティー・ロースト / 深炒り)  
100g 480円



とつておきのコーヒータイム

『珈琲処はせ蔵』は、病院を利用する患者さんやスタッフが、ほつと寛げる癒しの空間。季節限定のメニューが登場したり県内でも珍しい美味を扱ったりと、いつも訪れる楽しみがあります。

なかで最もこだわっているのが、お店の顔とも呼べるコーヒーです。数十カ月もの間熟成させる「エイジング」と呼ばれる独自の製法で生み出された特別なコーヒー豆を使っているのです。

この熟成技術は世界で「コクテール堂」唯一のもので、一番の特徴は香りのよさ。そして、まるやかさの中にコクと透明感のある甘く芳醇な味わいが喜ばれています。淹れたてはもちろん、少し時間が経つてからも美味しくいただけます。スタッフは実際に「コクテール堂」の講習を受け、ドリップの方法を学びました。

そして忘れてならないのが、富山県内でもいち早くお客様に提供したケーキ・サレです。ケーキ・サレは、フランスではお惣菜のような存在。季節などによつて生地の中に入れる具材を変えながら、毎日2種類を揃えています。ほかにも書ききれないほど多彩なメニューがありますので、時間をかけて丁寧に淹れるコーヒーとともに、ぜひ味わってください。



## 和風きのこスパゲティーセット

定番メニューのスパゲッティに、和風きのこ味がお目見え。サラダとスープがセットになって454kcalと、とってもヘルシー。ぜひ食後のコーヒーもご一緒に。

秋は新メニューが  
続々と登場!!



## 季節のタルト

その時々で、違った素材を使っているタルト。秋は呉羽梨とカボチャや、白いちじくとさつまいものタルトなど。



## ケーキ・サレ

フランス生まれのお惣菜。アレンジ次第でいろんな味を楽しめます。

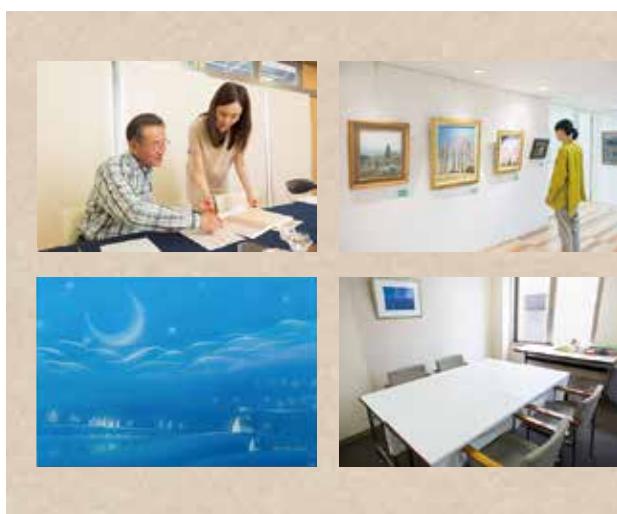


**珈琲処 はせ蔵**  
富山市星井町 2-7-39 泉ビル 1F  
☎ / 076-491-2007 (泉商事)  
営 / 9:00~17:30  
休 / 日曜・祝日  
(ギャラリー開催時は営業)



## ブルーベリードック

開店当時より人気のドック、なかでも最近のヒットは氷見産ブルーベリーと生クリームをトッピングしたもの。美味しさの秘訣は、生地に豆乳をブレンドしていることで、あっさりとした食べ応えが喜ばれている。



泉ビルの1Fにある『星の街ギャラリー』では、カルチャースクールや作品の展覧会が行われています。今年の2月にギャラリーの第2室がオープンし、展覧会の期間中も教室が開けるようになりました。教室は少人数から空いている中から自由に選ぶことができます。また展覧会の際は『珈琲処はせ蔵』にも作品を飾るので、食事やコーヒーを飲みに訪れた方々に、鑑賞していただくこともできます。

『星の街ギャラリー』を  
お気軽にご利用ください

# 高脂血症

八木外科クリニック 院長 八木 真悟



EPA、DHA の含量 (可食部 100g あたり、生)

『高脂血症』といった言葉はよく聞くと思います。血中のコレステロールの値が高いことや、中性脂肪（トリグリセライド）が高いことが 2 代表とされています。では、どうしてこの状況を克服しなければならないかとの理由は、虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症など）、脳血管障害（脳梗塞、脳出血など）の発症を防ぐためです。基本的には動脈硬化性疾患にならないようにということです。ちなみに、動脈硬化はひどくなると、静脈も動脈硬化と同じように硬くなります。これは、血液検査で採血の針を刺すことですぐわかります。

中性脂肪は検査直前 4 時間程度の食事の影響を直接受けます。中性脂肪の正しい値を知りたければ、食事を抜いての検査をお勧めします。

ところで、中性脂肪に特化した薬剤はあります。しかし、前述したように食事の影響が強いので、まずは食生活の改善で修正したほうがよいと思います。別図のような魚介類をたべることで、薬剤を服用することと同じような効果が得られます。なぜなら、これらに含まれる E.P.A.、D.H.A. を元にした薬剤が治療薬となっているからです。これを書いている今は、旬の秋刀魚あたりが非常に有効です。いわしもいいですね。ししゃも（正しくはキヤペリン）もバカにできません。昔の日本人は正しい食生活を送っていたことが推定されます。それができないようであれば、薬剤治療を選択してください。

コレステロールの数値を下げる有効な薬はたくさんあります。ところが、中性脂肪を有效地に下げる薬は少ないです。また、両者の数値を同時に、有効に下げる薬剤は今のところありません。

ここで注意しなければならないのは、中性脂肪は検査直前 4 時間程度の食事の影響を直接受けます。中性脂肪の正しい値を知りたければ、食事を抜いての検査をお勧めします。

ところで、中性脂肪に特化した薬剤

はあります。しかし、前述したように食事の影響が強いので、まずは食生活の改善で修正したほうがよいと思います。別図のような魚介類をたべることで、薬剤を服用することと同じような効果が得られます。なぜなら、これらに含まれる E.P.A.、D.H.A. を元にした薬剤が治療薬となっているからです。これを書いている今は、旬の秋刀魚あたりが非常に有効です。いわしもいいですね。ししゃも（正しくはキヤペリン）もバカにできません。昔の日本人は正しい食生活を送っていたことが推定されます。それができないようであれば、薬剤治療を選択してください。

# なかたに皮ふ科クリニック 院長 中谷 友美

これは秋号ですが、原稿を書いている今はようやく暑かった夏が終わり、夜にスヤスヤ寝られるようになつたところ。朝ドラ『花子とアン』もいよいよ終盤を迎えてます。私のお気に入りは修和女学校のブラックバーン校長先生で、彼女のお言葉は数々胸に響くものがあります。特に、花子が通訳を務めた卒業式での『最上のものは過去にあるのではなく将来にあります』、そんな言葉にぴったりのイベントが、この夏ありました。

なんと 20 ウン年ぶりの高校クラス会。記憶の中では学ランの男子たちが見事におじちゃんに。かくいう私たち女子も立派なおばちゃんなのでですが、そこはそれ理系クラスで圧倒的に男子が多いので女子については割愛させていただきましょう。クラス会では、何人か

の夏ありません。これは秋号ですが、原稿を書いている今はようやく暑かった夏が終わり、夜にスヤスヤ寝られるようになつたところ。朝ドラ『花子とアン』もいよいよ終盤を迎えてます。私のお気に入りは修和女学校のブラックバーン校長先生で、彼女のお言葉は数々胸に響くものがあります。特に、花子が通訳を務めた卒業式での『最上のものは過去にあるのではなく将来にあります』、そんな言葉にぴったりのイベントが、この夏ありました。

宴会開始当初は会話もどこかぎこちないものでしたが、担任の先生の懐かしい長い話の半ば頃からは、みんな高校に戻り楽しい時間を過ごすことができました。『最上のものは将来にある』のかもしませんが、この年になると過去を振り返る時間もとても愛しいものです。いや、こんな楽しいクラス会があるとは高校の時は思いもよらなかつたわけですから、やはり最上のものは将来にあつたということでしょうか。

ちなみに、「20 ウン年ぶり」とか曖昧な表現を使っているのは別に年をごまかしたいからではなく、一体何年ぶりなのか定かではないだけですのであしからず。私は 24 時間マラソンで完走したりーダーと同い年です。2014 年も残すところあと 3 ヶ月。頑張って走りきりましょう！

男性は女性に比べて皮脂分泌が活発で、特に中年以降ではそれが顕著です。

皮脂分泌が活発な部位、頭や耳、鼻まわりなどは脂漏部位と言つて湿疹がでやすいのです。脂漏性皮膚炎といいまして、外用薬を使用したり、生活習慣に気をつけたりする疾患です。というわけでいつのまにやら彼も立派に中年期なんだなあと、しみじみ実感したわけです。

宴会開始当初は会話もどこかぎこちないものでしたが、担任の先生の懐かしい長い話の半ば頃からは、みんな高校に戻り楽しい時間を過ごすことができました。『最上のものは将来にある』のかもしませんが、この年になると過去を振り返る時間もとても愛しいものです。いや、こんな楽しいクラス会があるとは高校の時は思いもよらなかつたわけですから、やはり最上のものは将来にあつたということでしょうか。

ちなみに、「20 ウン年ぶり」とか曖昧な表現を使っているのは別に年をごまかしたいからではなく、一体何年ぶりのか定かではないだけですのであしからず。私は 24 時間マラソンで完走したりーダーと同い年です。2014 年も残すところあと 3 ヶ月。頑張って走りきりましょう！



健康だより

## 凧作り教室を終えて

長谷川病院  
風神会 大場和夫

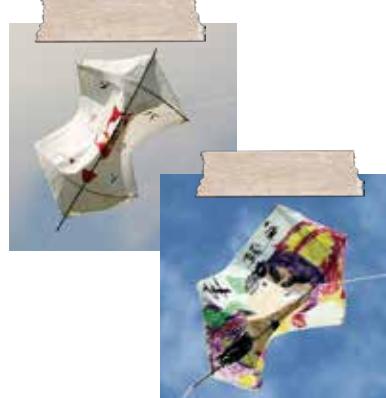
凧作り教室をはじめて今年で3回目となります。参加者13人のうち、6割が毎年来てくれている子ども達です。

今年はどんな凧を作るのかと楽しみに来る子供達に、毎年同じものを作らせては楽しみが半減してしまいます。そのため、例年準備段階では、形の変わった凧、簡単に作れる凧、そして必ず揚がる凧を工夫するのに知恵をしづることになります。

凧教室では絵に1時間、凧の組立に2時間、食事に1時間、凧揚げに2時間を基本に行っています。時間が短いと出来上がりが悪く長いと遊びはじめてしましますので、時間配分や、ひとりひとりの進行具合にも気を配ります。

今年は六角凧を計画しました。みんな思い思いの絵を描いて、順調に作り上げました。

大人達の苦労の甲斐あってか、今年の夏の不安定な気候にもかかわらず、天気も快晴。真夏の公園に青空高く舞い揚がりました。





あれ?

『歯ぐきに白いブツブツがあるなー』

## 【上皮眞珠】 じょうひしんじゅ

ですね。まずは歯医者さんに行きましょ  
う。

この疾患で間違いないといわれたら、

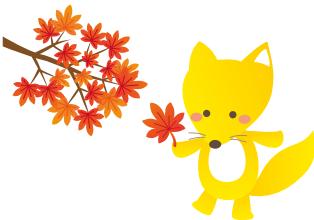
あとは様子を見ましょう。

心配いりません、乳歯がはえてくる

頃には自然になくなってしまいます。

歯ぐきを傷つけるので無理にはがさ

ないようにしてください。



かもしまれません。舌の裏の靭帯のよう  
なものがしつかりとついているため舌  
の動きを制限しています。3歳くらい  
までは様子を見ても問題ありません。  
舌つ足らずな話し方であれば靭帯を切  
除する処置を受けましょう。

特にタ行やサ行の発音に影響が出る  
ことが多いです。

うーむ、  
『1歳を過ぎても歯が1本もはえてこな  
いなー』

## 【乳歯萌出遅延】 にゅうしょうしゅつちえん

ですね。早い場合には生後3ヶ月くら  
いから歯がはえてくることもあります。

平均的には生後6～7ヶ月くらいで

しようか。

しかし、1歳を過ぎても全く歯がは  
えてこない場合には歯医者さんを受診

しましょう。

ほとんどの場合、はえるのが少し遅  
れているだけで問題がないことが多い  
ですが。

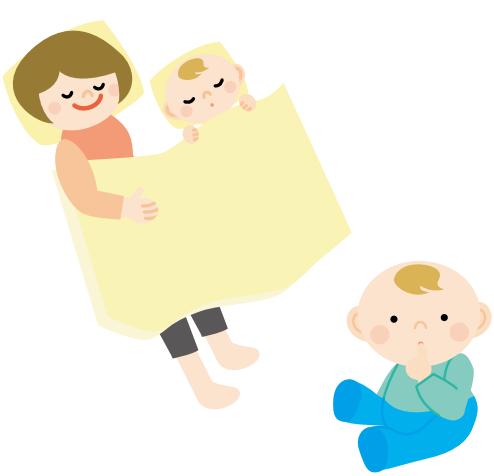
『外胚葉異形成症』  
がいはいよいけいせいじょう

という歯が先天的に作られないとい  
う疾患もあるためです。

『舌小帶強直症』  
ぜつしょうたいきょうちょくじょう

なんか、

『舌、短くない?』



どれ、仕上げみがきでもしましょうか  
ね。つて、おーい!!  
『歯が黒いじゃないか!』

## 【むし歯】 ゆごうし

の可能性が高いです。

迷わずに歯医者さんへ、GO!です。

3歳未満では歯科治療がむずかしい  
場合もありますが歯みがき指導を受け  
たり、フッ素を塗つてもらつたりしま  
しょう。



ホツとしたのもつかの間…なんだ!?  
『歯の形がおかしいぞ??』

## 【歯合歯・歯着歯】 ゆごうし ゆちやくし

です。歯がくつついではえできます。

この疾患の場合、その後ははえてくる  
永久歯がない確率があります。

また、そうでなかつた場合にも歯と  
歯がつながっているため、うまく永久  
歯と生え変わりにくことがあります。  
そのつなぎ目にむし歯ができてしまう  
こともあります。

むし歯にならないようにしつかりと  
歯みがきを行い、永久歯がちゃんとあ  
るかどうかを歯医者さんで検査しても  
らつてください。

歯がはえてきたら毎回、仕上げみが  
きをしてあげてください。

ちびっこは自分ではちゃんと歯をみ  
がけません。

毎日、お子様の歯を見ることで異常  
に早く気が付くことができます。



その他では、はしか・手足口病・川  
崎病・ヘルパンギーナ・ヘルペス性口  
内炎といった様な疾患があります。こ  
れらは、口の中や全身に発疹ができる病  
気です。

子育て界(?)では有名な病気なの  
で今回は詳しくお話をいたしませんが、  
基本的に小児科へ受診となります。

といつたところで今回の電話は終了  
となります。

身も心も健やかに皆様のお子様が成  
長することを新米パパではありますが  
お祈り&応援いたします。

これはあやしい、といつたことがござ  
いましたらお気軽に御相談下さい!!  
それでは、また次回です。



くすりになる話

## 調剤と調剤の主役

管理薬剤師

佐藤徹也



その中で薬のとりそろえや計量については、バーコード監査システムといわれる有用な機器を導入することによって正確性が飛躍的に向上しました。

処方箋の記載内容を隈無く確認して、用法用量や飲み合せなどについて確認の必要があると判断した場合は医師に照会をかけて返答を得ます。それから薬をとりそろえ、最終的にはご本人や来局された方と、薬の内容や服用状況、副作用がおきている可能性がないかなど適宜確認してからお薬をお渡します。この処方箋をおあずかりしてからお薬をお渡しするまでの一連の流れが調剤です。



調剤の主役は服薬する私たち自身であり、健康維持や増進、治療に行き着きます。調剤はそのお手伝いと考えています。

『調剤』とは薬を調合するということはもちろんですが、広く言えば処方箋をあずかるところから調剤は始まっています。

ただ機器を扱うのは人であり、ヒューマンエラーを減らすいろいろな方面的の対策も引き続き欠かせません。

平素から薬のお渡しにおいては、薬袋から薬を取り出して内容や数量を確認して頂くよう努めていますが、いつもと同じ薬だから、急いでいるから、代理で来たから、という場面をしばしば経験します。そういう時でも是非帰られたら出来るだけ早いうちに薬の内容をチェックして頂ければ幸いです。

## 星の街ギャラリー 催し物のご案内

10/15(水) ~12/31(水)

[きものリメイク他]  
母から娘へ 伝えたいもの  
～松本厚子きものリメイク教室展  
10/18(土)～19(日)

[トールペイント]  
季節のトールペイント展  
10/23(木)～26(日)

[書道]  
とやま聖句書道会展  
10/30(木)～11/2(日)

[絵画・他]  
第2回 イカロス展  
11/13(木)～17(月)

[パステル画]  
サークルピエロ展  
11/20(木)～23(日)

[絵・フェルト・デザイン書あーと]  
ほっこり あったか まったり展  
11/29(土)～12/1(月)

[切り絵]  
中村陽一 切り絵作品展  
12/11(木)～14(日)

### 池坊いけばな教室

谷 光恵  
(池坊富山支部・池坊華道会中央委員)

10/21(火)  
11/4(火)・18(火)  
12/16(火)・30(火)

【講師プロフィール】

◆池坊中央研修学院

- ・特別科卒業
- ・総合特別科修了
- (生花研究室・立花研究室)

◆池坊學術研究室

- ・柴田英雄生花ゼミ修了

問 ☎ 076-435-0287  
□ 090-3760-8647

### 文字画教室

河西 明花  
(文字 art 自画字燐)

11/12(水)  
12/10(水)

【参加費】

3,000円(材料費込み・紅茶付き)



問 ☎ 090-4322-6541  
✉ cocoro-no-ibasho  
@docomo.ne.jp

### かな書道教室

帳山 真実子  
(藍鑑会評議員・読売書法展評議員・富山県書道連盟会員)

11/7(金)・8(土)  
12/5(金)・6(土)



問 ☎ kananohi@yahoo.co.jp

### 押し花サークル すいげつ

五十嵐 翠月

10/23(木)・24(金)  
11/13(木)・14(金)  
27(木)・28(金)  
12/11(木)・12(金)  
18(木)・19(金)



### おでかけ Sa・lon

10/29(水) 10:00～17:00

ボディーセラピー・オーラソーマ・カラー診断・似顔絵・文字アート・ペイント雑貨 etc...

各回、出展者や内容が異なります。

お問い合わせ・ご予約  
☎ 090-4322-6541 河西明花

### トールペイント教室

南 理恵  
(Jouet・カントリーアート認定講師)  
11/5(水)・19(水)  
12/3(水)・17(水)



問 ☎ r-minami@tym.fitweb.or.jp

### 佐藤式リンパケア

施術 杉木宏子

10/25(土)  
11/1(土)・8(土)・22(土)  
12/13(土)・27(土)

日程は変更になる場合があります。事前に各教室、または泉商事(☎076-491-2007)までご確認ください。

秋

# 花ごよみ 誕生花と花ことば

十月 コスモス

日	月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10	11
チョウセンアサガオ 愛數	コスモス(赤) 調和	チヨロギ 楽しい人生	ガーベラ(橙) 神秘	ヘレニウム 寛容な心	シオン ご機嫌よう	レースフラワー 細やかな愛情
12 ガーベラ(黄) 究極美	13 アカンサス 巧みさ	14 コスモス(白) 美麗	15 クレオメ 小さな愛	16 マリーゴールド(橙) 真心	17 フヨウ 繊細美	18 コリウス 恋の望み
19 アキノキリンソウ 幸せな人生	20 ニシキギ あなたの定め	21 チトニア 優美な仕種	22 コスモス(ピンク) 少女の純潔	23 ゼフィランサス 純白の愛	24 ガーベラ(ピンク) 崇高美	25 ミセバヤ つつましさ
26 イチヨウ しとやか	27 ツリフネソウ 私的な愛	28 ホップ 信じる心	29 アゲランタム 幸せを得る	30 スイレン 清純	31 モミジ 大切な思い出	

十一月 キク

日	月	火	水	木	金	土
2 キンモクセイ 眞実	3 キク(黄) 高潔	4 ムラサキシキブ 愛され上手	5 サザンカ(白) 無垢	6 センノウ 恋のときめき	7 ユカリ 思い出	1 アケビ 唯一の恋
9 ルピナス 母性愛	10 ブバラ(桃) 知性的な魅力	11 マユミ 艶めき	12 ワックスフラワー 可愛らしさ	13 ハシバミ 仲直り	14 アジアンタム 上機嫌	8 ヒイラギ 機智
16 ササンカ(赤) 無垢	17 ベゴニア(赤) 公平	18 ナナカマド 怠りない心	19 オトギリソウ 秘密	20 カラスウリ 誠実	21 オキザリス 輝く心	15 ヤマユリ 人生の楽しみ
23 キク(白) 眞実	24 ペペロミア 片思い	25 セントポーリア 小さな愛	26 ラケナリア 好奇心	27 キク(赤) 眞の愛	28 オンシジューーム 気だての良さ	22 アロエ 健やか
30 ユーチャリス 清らかな心					29 ベゴニア(白) 親切	

十二月 シクラメン(白)

日	月	火	水	木	金	土
1 カラシコエ おおらかな心	2 ドラセナ 幸せな恋	3 ファレノブシス 機敏な人	4 ハボタン 祝福	5 ナンテン 機知に富む	6 センナリホウズキ 可憐な愛	
7 ウメモドキ 深い愛情	8 シクラメン(白) 思いやり	9 クロリオサ 栄光	10 シャコバサボテン 冒險心	11 ホーリー 永遠の輝き	12 ムラサキハナナ 優秀	13 デンドロビウム 天性の華を持つ
14 サイネリア(紫) 喜び	15 カトレア(黄) 魅了	16 ストレリチア 輝かしい未来	17 ツワブキ 先を見通す能力	18 リカステ 快活	19 オモト 崇高な精神	20 クンシラン 幸せを呼ぶ
21 コレチャカム 美德	22 シクラメン(赤) はにかみ	23 カトレア(紫) 優美な女心	24 モモ 高尚	25 ボイセチア(赤) 私の心は燃えている	26 クリスマスローズ 思い出を懐かしむ	27 ヤブコウジ ふくよかな愛
28 パフィオペディルム 思慮深さ	29 ポインセチア(白) 慕われる人	30 アナナス 大切な気持ち	31 センリョウ 恵まれた才能			

# 白磁 絵付け

葉っぱのたね 代表  
沖 村 由 美

当店ではアーティフィシャルフラワー・プリザーブドフラワーのアレンジ教室のほか、磁器絵付けの教室も行っています。絵付けのことを星の街通信に掲載するのは、オープン以来初めてです。

最近、公民館などの出張教室も依頼されることが多くなり、絵付けの講座をする機会が増えました。

真っ白な磁器をキャンバスに、シール感覚で使える転写紙や、上絵の具、金彩など、さまざまなテクニックを使って自由に絵付けを楽しめます。

教室では、ほとんどの方が転写紙を使って作品づくりに取り組んでいらっしゃいます。豊富な種類をそろえた転写紙の中から、お好みのものをお選び頂けます。「絵心がなくて…」とおっしゃる方も、簡単に本格的な作品を仕上げができるので、小さなお子様からご年配の方まで、幅広い年齢層にお楽しみいただいているます。

転写紙を貼り付けたシンプルなものから、いろんな技法を組み合わせた高度なものまで、様々な作品に挑戦できます。絵付けが終わった磁器は、電気炉で焼成しますので、日常使いの食器としてももちろん、インテリアやプレゼントにも最適です。

さあ、手づくりの器でお気に入りの空間を演出してみませんか？



星の街ギャラリー  
松本のり子

本物そつくりに描けている絵を見ると、「上手だなあ」と思いますよね。確かに、目に見えるそのままを描くのは難しいです。なぜなら、この世は立体（＝三次元）でできているのに、絵は平面（＝二次元）、奥行きのないところに空間を描き出すのですから。

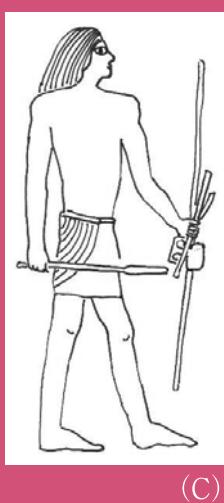
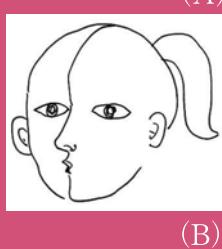
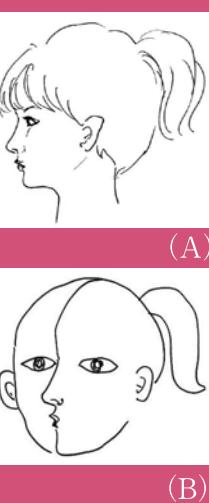
四角い紙なり布なりを額縁にはめたとします。その額縁を窓枠と考えます。作者は窓から外の景色（とか、部屋の中とかテーブルの上とか）を見て、その一瞬を描きます。そのためには、まず自分は動かず視点の位置を一点に定め、さらに時間をとめた上で、平面上に立体を描く法則のもとに目の前の世界を写し取らなければなりません。

西欧では何世紀もかけ開発したのですが、19世紀、写真の発明でその価値があやしくなってきました。なにしろがんばつて腕を磨かなくとも「本物そつくり」な風景（とか人物とか）が写せるのですから。この頃から画家たちは、それまでの「そつくり万歳！」という価値観から、絵＝平面→造形にどんなことができるだろ、という新しい可能性へ目を向けていきます。

大昔にも似たようなのがありました。エジプトの墳墓の壁画「ヘシ・ラーの肖像」の線描模写（C）を見てください。顔と膝から下は横向きですが目・肩・胴体は正面を向いてます。どうやらパツごとに「絵にしたとき一番それらしき

平面に並べて描いてもいいんじやない？って感じの絵です。三次元だけではなく、四次元（＝時間の経過）も並べちゃった、っていうものあります。（階段を降りる裸体）<sup>5</sup> マルセル・デュシャン、とか）まねして描いてみました。真横から人の顔を見たら、片側の顔しかみえません（A）。

でも顔のあっち側も、見えてないけどちゃんとあるので、鼻と口は横から見たけど輪郭と耳と目は正面に回つて見て描きました（B）。ちょっとピカソっぽくないですか？



(E)

これを最初に見たときは「へええ」と感心したのですが、最近は360度撮れるカメラなんてのも出てきています。技術の発展と人の想像力のいた

ちごっこは尽きない、といったところでしょうか。

く描ける向き」を選んだと思われます。本当の人間にはありませんが、ちゃんと人とわかります。

視点の移動問題で、デビット・ホックニーの、写真を使つたジョイナー・フォトという作品群を思い出しました。ホックニーといえばバブル期に、ブルサイドに全裸の男性の後ろ姿（なぜか靴下ははいてる）、みたいなポップなアクリル画のポスターが、おしゃれなカフェなんかによく飾られています。「ジョイナー・フォト」は視点（＝アングル）を移動しながら撮った写真を並べて貼り付け1枚の作品にしたもので

す。まねして作つてみました（E）。普通に撮つた写真（D）と比べて見てください。



## 秋のオススメレシピ 秋の炊きおこわ

長谷川病院 管理栄養士  
向 育実

しいたけは、低カロリーで、ミネラル・食物繊維が豊富です。生活習慣病や便秘の予防に効果があります。特に干ししいたけは、香りと旨み成分が増します。カルシウムの吸収を高めるビタミンDも生しいたけの約8倍含まれています。成長期のお子様を含め家族みなさんにおすすめです。また、もち米は冷めても美味しいので、お弁当にもぴったりです。



### 【ひとり分の材料】

干ししいたけ	5g
人参	10g
ぎんなん	1 個
栗	20g
米・もち米	45g ずつ

【調味料】	
和風だし	0.2g
酒	1g
減塩醤油	4g
塩	0.5g
みりん	1g(小1/4)

- ① 米ともち米をとき、水に30分以上つける。
- ② 干ししいたけを戻しておく。
- ③ ①の中に下茹でした材料・調味料・規程量の水(しいたけのもどし汁も入れる)を加え炊く。

エネルギー 365kcal タンパク質 7.5g 炭水化物 80.2g 脂質 1.1g リン 124mg カリウム 325mg 塩分 0.9g

## 駐車場利用のお願い

ピロティーは一方通行です。車いす、歩行困難、ベッドなど介助の必要な方が来院されたために送迎車用スペースが設けてあります。送迎以外のピロティーへの駐車はご遠慮ください。



当駐車場は、おもに患者様が来院のため利用されます。混雑時、駐車スペースがない場合は、職員までお声かけ下さい。

車いすの方などがスムーズに通行できるように、駐車禁止区域への駐車はご遠慮ください。

# インフォメーション

病院名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日
長谷川病院 ☎076-422-3040	8:30~11:30	●	●	●	●	●	●	祝祭日は休診です。 13:00~16:30
	14:30~17:30	●		●		●	●	
八木外科 クリニック ☎076-422-0055	8:30~12:30	●	●	●	●	●	●	祝祭日は休診です。
	14:00~18:00	●		●		●	●	
なかたに皮ふ科 クリニック ☎076-421-1275	9:00~12:30	●	●	●	●	●	◆9:00~13:00	祝祭日は休診です。受付時間は、各診察終了時間の15分前までです。
	14:00~18:00	●	●		●	●		
はぎなか歯科 クリニック ☎076-422-0200	9:30~12:30	●	●	●	●	●	●	祝祭日は休診です。初診の受付時間は、各診察終了時間の30分前までです。 ◆14:00~17:00
	14:00~19:00	●	●	●	●	●	●	

店名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日
星井町薬局 ☎076-420-8193	8:30~18:00	●	●	●	●	●	●	祝祭日は休業です。
カルチャーパティオ 葉っぱのたね ☎076-421-8851	10:00~18:00	●	●		●	●	●	
珈琲処 はせ蔵 ☎076-491-2007 (泉商事)	9:00~17:30	●	●	●	●	●	●	星の街ギャラリー開催時は原則として営業いたします。
星の街ギャラリー ☎076-491-2007 (泉商事)	9:00~17:30							

星井町メディカルガーデン

長谷川病院

至富山駅

国道41号線

星井町薬局

星井町交差点

泉ビル

星の街ギャラリー 第2室

WC

星の街ギャラリー (カルチャースクール)

葉っぱのたね (アートフラワー)

はせ蔵 (珈琲)

1F

2F

3F

メディカルガーデン

角川介護予防センター

富山市科学博物館

県立近代美術館

北國銀行

裁判所

有沢橋

富山テレビ

GS

至大学前

神通川

富山大橋

神通大橋

富山城址公園

県庁

市役所

ANAホテル

大和百貨店

至岩瀬浜駅

至東富山駅

至富山駅

至南富山駅

至富山IC

まいどはやバス 中央ルート  
角川介護予防センター前

H26.10.1現在

時	分
9	18 38
10	03 23 48
11	08 33 53
12	18 38
13	03 23 48
14	08 33 53
15	18 38
16	03 23 48
17	08 33 53
18	18 38
19	03* 23*

\*富山駅前止まり