

キッチンままのご紹介
ハーブのおいしいお店
くりのらむ亭
(tel.075-722-0900)
濱田京美
NHK文化センター
「ハーブ専科」講師
ハーブ教室
HerbKitchen 主催
フードコーディネーター



前回、スタージャスミンが枯れた話をしたのを覚えていらっしゃるでしょうか？なんと、生きていたんです！枯れた枝をちよきちよき切って、毎日様子を窺いながら水遣りしていたところ、思いが通じたのでしようか、新芽がニョキニョキと見つけたときは「ありがと〜」と心の中で絶叫しました！大きさではないですよ。ホントそのくらいうれしかったのです。

私の知人も、この春におかあさんとの大事な思い出のランが枯れてしまっ
まいそうになり、毎日「生懸命、話しかけたらうです。おかげで先日きれいな黄色のランが咲いたそう

す！（よかったー！）植物の生命力と人の心は通じているのだと改めて感じた出来事でした。

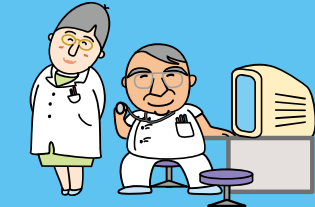
そして今回は、この時期（6〜7月中頃まで）美しく咲いている「ラウエンター」のお話です。ラウエンターは地中海沿岸産の常緑多年草です。品種は20種類以上あります。ハーブ愛好家の多くは「コンニャク、ラバンディン系をよく育てています。日本では北海道の富良野の富田ファームのラウエンター畑が有名です。「おかもらさき」というコンニャク系のラウエンターが私は大好きです。ラウエンターは古代ギリシア時代から美しい青紫の花や、すがすがしい香りから「清潔・純粋」の象徴として人々に愛され親しまれてきました。名前の語源はラテン語の「ラヴァド」で、「ラヴァレ（洗う）」や「リヴェレ（清い）」に由来しているそうです。



古代ローマ人は浴槽をラウエンターの花で香らせていたそうです。古代ローマ人はロマンティックですね。そのローマ人が遠征でラウエンターをイギリスにもたらしたようです。そして中世のヨーロッパの主婦達は、洗濯部屋（スチーム室）にラウ

エンターを干したり、洗濯物をラウエンター畑に広げて乾かし、香りを移したといわれています。これはよい香りだけでなく、ラウエンターの「殺菌・防虫効果」を利用していたようです。他に床にまき散らし疫病除けにも役立っていたそうです。そして現在、私は洗濯ものを干すだけのラウエンター畑がないので、時々精油を洗濯機に1滴入れて洗濯機の除菌をしたり、干したラウエンターをお茶パックに詰めてお風呂でリラックスしたり、収斂作用でたるんだお肌に刺激を与えています。とても古代ローマ人のような雄大でロマンティックなものではありませんね（微笑）。そして、「また来年元気にたくさん花を咲かせてね」と心の中で話しかけながら日々お世話しているキッチンままだした（微笑）。

古代ローマ人の夢
ラウエンターフレッシュ1枝
レモンヴァーベナフレッシュ1枝
ペパーミントフレッシュ2枝
細かくちぎってポットの中に入れて200mlのお湯を注ぎ3分蒸らします。古代ローマ人のロマンスをイメージして待てる時間の香りを楽しんでください。



医療法人祥正会
藤原内科

北大路通り
● 京都市
● 下鴨高木町
(204-206, 北8)
バス 11分
駐車場: 1台分有

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後診 5:00~7:00	○	○	○	○	○	○

TEL 075(781)0976 FAX 075(706)3181
〒606-0864 京都市左京区下鴨高木町39の5
e-mail mf_0618@ares.eonet.ne.jp
URL http://web.kyoto-inet.or.jp/people/mf_0618



マスコミが取り上げない、
医療崩壊の本当の理由 (その2)

医師と患者の関係は、昔前までは、病
気に対する圧倒的な知識量の差の上に成り
立っていたので、「お医者さんの話ことは
絶対で、任せておけば安心」という関係
が当たり前でした。しかし、インターネット
の普及により、今まで医師しか知り得な
かった病気に對する情報も、一般の方が
簡単に検索、入手できるように。そのため、
医師と患者の病気に對する知識量の差は格
段に縮まってきています。

その点で、確かに医者が「やりにくくな
った」のは事実かも知れませんが、患者さ
み自身が、自分の病気に對する知識量が多
くなると、よく

naides
医療法人祥正会
藤原内科
院内新聞
第33号
2008/1
どないです

知る、よく考えるきっかけになるという点
ではよい面もあります。「どないです」で
も何度も取り上げたことのある、医師と患
者が「一緒に病気に對することを考えていく」と
いうやり方です。

これが十分な信頼関係の上で実践されて
いるのであれば、理想的な医師患者関係と
言えますが、最初から「不信感ありき」で、
もし治療の結果が悪かったりすると、簡単
に医師患者関係は破綻します。この医療に
對する不信感を国民に煽ったのがマスコミ
であり、それを医療費抑制の口実に使った
政府なのです。

病気の種類や病期によっては、どんな治
療を施しても思わしい結果が得られないこ
ともあります。医師は万能ではありません。
むしろ無力であることの方が多いのです。

結果が思わしくなかったときは、担当した
医師も大変うちひしがれ、無力感に苛まれ
ます。そんなとき、家族の方から頂くねぎ
らいの言葉は、どれだけ主治医を励まし、
奮い立たせることでしょう！
しかし最近の医療の現場では、患者さん
がじゃくった後、ねぎの言葉どころか、
「先生、さっき点滴の中に入れた薬、何
ですか？あれが悪かったんや、ちやいます
か？」と語問されることもあると聞きます。
そうでなくても疲れ切っている若い主治医
は、誤解を解き信頼関係をとりもどそうと、
さらに多大なエネルギーを消費してしま
います。そんな事が毎回頭を繰り返せば、
場は放り出し、逃げ出さなくてはなりません。
また、患者さんのためによかれと思っ
て行ったことでも、万一結果が悪ければ「自
分のせいになるかも知れない」という不安
が頭をよぎると、やっぱり止めておこう
と萎縮した医療になってしまいます。逆に
「見落とした」を恐れるあまり、あれもこれ
も、本来なら不必要な検査を
追加してしまうこともあるかも知
れません。

良好な医師患者関係を築くのに
大切なことは、まず皆さんに「医
療には限界がある」ということを
わかって頂くことです。医療事故
と医療過誤は意味が違うのをご存
じでしょうか。医療過誤は医療側
の過失によつて起こったもので、
当然医療側が責任を負うべきで
すが、医療事故の中には、医療
側には過失がないのに、予期せぬ





疑問・質問に

お答えします

今回は先日実施したアンケートの中から、皆様からの意見をご紹介し、それに対してお答えしたいと思います。

夜の診療時間ももう少し早い時間まで開いてほしいという声が多いのですが。

藤原内科の午後診は夜7時までになっていますが、あらかじめお電話などで遅くなる事をご連絡頂ければ、夜8時くらいまではお待ちいただけます。ただ職員がいなくてはお薬の用意なども全て私がやりますので、いつもよりはお待ち頂く時間が長くなります。その点はご了承ください。

朝、夕の始まりの時間が遅い。

申し訳ありません。アンケート実施後より、なるべく時間通りに(遅くとも5分遅れ以内)開始するよう心がけております。ただ夕方にましては、医師会等の会議が長引くと帰院するのが遅れる事もあります。その際はご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、公務ですのでご了承ください。

くとも5分遅れ以内)開始するよう心がけております。ただ夕方にましては、医師会等の会議が長引くと帰院するのが遅れる事もあります。その際はご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、公務ですのでご了承ください。

飲み物のサービスは嬉しいのですが、

何人かの方からご意見を頂きまして、誠に申し訳ない病気の事を心配して受診したのですが、待合にあった飲み物を頂いて、ホッとすることができました。「こういう意見もあり、実際、待っている間に飲むコーヒーやお茶を楽しみにして

おられる方もいらっしゃると思います。ただ、「飲み物のサービスは不要」の項目にチェックされた方も、自分は利用しないからという意味でつけられたのであり、「隣でコーヒーを飲まれると迷惑!」と思っておられる方はいらっしゃると思うので、このまま続けさせて頂きます。

待時間がわかるようにしてほしい。

これも何人かの方からご要望がありました。診察時間が1人5分と決まっていれば、待時間の計算は簡単

ですが、お一人、お一人にかけられる診察時間は病状によってかなり異なります。特に総合病院などへ、その日のうちに紹介が必要となった場合は、受入先の確保、紹介状の作成などの時間も必要のため、少なくとも1時間近くかかる事も少なくありません。ですから正確な待時間を表示することは極めて困難であることをご理解下さい。ただ「あと何人自分の前に待っておられるのか」がわかれば、イライラ待つ気持ちも多少は緩和されると思うので、前向きに検討したいと思います。

療養指導の内容を文章で渡してほしい。

これは私もうっかりしていました。きちんと診察室で説明をしたつもりになっていましたが、やはり家に帰ってみると、「今日は何を言われたんだっけ?」と思いついて出せない方もいらっしゃると思います。やはり文章でお渡しした方が

確実ですね。なるべく早期に、具体的な対策を取りたいと思います。ありがとうございました。

タバコを吸えるようにしてほしい。

これは残念ですが、ダメです。吸わない方の迷惑になりますし、御本人にも早くタバコを止めて頂きたいからです。待合室に、1日20本吸う方の、1年間に肺の中にたまるタールの量を瓶詰めにした「Tar Jar (タールジャー)」を置き



ました。タバコの恐ろしさをどうぞ実感して下さい。

日本の家庭医 1435人

藤原内科 [1988年]

〒100-0001 東京都千代田区千代田2-5-5
TEL 03-761-0576

藤原正徳
1954年生 大阪医科大学
[副] 循環器内科(心エコー、心不全)

一定の専門分野に偏ることなく、内科全般にわたる幅広い知識と経験を持つ。最新の医療知識の吸収にも熱心。高齢者医療についても多くの経験を持ち、地域の人々に親まれる、よき家庭医として活躍している。定期的な患者向けの新聞も発行し、患者に対する医学的知識の啓発にも積極的に関心している。患者の評判が高い。
(花房俊昭 大阪医科大学病院)

藤原内科が「日本の家庭医」という本に紹介されました。大阪医科大学第一内科教授、花房俊昭先生が推薦文を書いて下さいました。左京区では他に、小児科の東道先生、神経内科の石川先生が紹介されています。



院長のサッカー三昧

欧州選手権2008



オーストリアとスイスの共催で行われた欧州選手権は、スペインが4年ぶりの優勝を飾って幕を閉じた。世界のトップレベルのチームはどれもそれほど大きな実力差はないが、約一ヶ月間の大会期間中、いかにチームコンディションを保つか、勝敗を分ける。

注目したのは決勝トーナメント、ロシア対オランダ戦。優勝の最有力候補といわれたオランダは、予選は「死のC組」と言われた超強豪国の集まったグループに入ったが、なんと3連勝で予選を1位で通過。予選リーグが終わった時点で、誰もがオランダの優勝を信じて疑わなかったが、いざ試合が始まると、疲れを知らないロシアのスピードのあるサッカーに翻弄され、先制点を奪われた。終了間際、ファンニステルロイの終身なヘディングシュートで同点に追いついたオランダであったが、それまでの重圧と焦りは、ヘテラン

揃いのオランダに予想以上の疲労をもたらしていた。同点に追いつき勢いつくはずの延長に入っても、オランダの足は重く、逆にロシアの選手は次々と前へ飛び出していく。PK戦も勝ちつぎ始めた延長後半、ついにロシアのFWアルシャフィンがオランダの左サイドをドリブルで切り裂き、ゴールラインぎりぎりから絶妙のセンタリング。飛び込んだトルピンスキーがゴールポストにぶつか

りそうになりながらも勝ち越しゴール。さらに数分後、アルシャフィンが、オランダバックスの一瞬の隙を突いてシュート。ボールは名GKフアンデルサールの股間を抜け、逆サイドのサイドネットに突き刺さった。続いてロシアとスペインの試合。今度はロシアがまるで借りてきた猫のようにスペインに圧倒された。私個人はアルシャフィンの活躍を期待していたのだが、全くいいところなし。これがオランダを破ったあの口

シアか?と思うような試合展開であった。テレビの解説を聞いていると、どうもロシアはオランダに勝ったことで満足してしまっていて、勝つことへの意欲が足らなかつたようである。モテベーションを維持する事はトップレベルのチームでも難しいのだ。

決勝はドイツ対スペインの顔合わせ。「サッカーとは、ドイツという国が勝つスポーツ」と誰かが言ったそうだが、「勝つ慣れた」ドイツに對し、久々の決勝進出で緊張するスペインは、やはり開始直後はプレーが硬く、パスが繋がらない。しかし前半15分過ぎからスペインのパスが回り始め、33分FWフェルナンドトレスが、鋭くスルーパスに反応し、飛び出してきたGKレマンよりも一瞬早くボールに触り、先制!以後も一進一退の試合が続いたが、ドイツの中盤からの早いプレッシャーも見事な連携パスでかわしていくスペインが徐々に押し気味となった。終盤ドイツも長身FWクラニンを投入し、パワープレーで同点を狙ったが、及ばず、無情の終了ホイッスル。ドイツ主将のバラックはまたも「シルバークロウター」という汚名を返上できなかった。

藤原内科十周年記念企画

藤原内科のシンボルマークをあしらった一澤信三郎帆布製のエコバッグを、アンケートにご協力頂いた方にプレゼント!

アンケートは現在も実施中。最近来られた方でもOKですよ!ご協力頂ける方は、早めにお願ひいたします。(アンケートはエコバッグがなくなり次第終了とさせていただきます。)

