

花沢アイクリニック通信

創刊号

H22年10月

おかげさまで開業1周年！

こんにちは。花沢アイクリニック院長の梅津由子です。
クリニックをオープンして、10月で丸1年がたちました。
このたび2年目を迎えるにあたり、「花沢アイクリニック通信」を
創刊することになりました。毎日の診療で気がついたことや、眼
の病気のこと、ちょっと役に立つ雑学など、楽しい話題も織り交
ぜながらスタッフみんなで創っていこうと思っています。

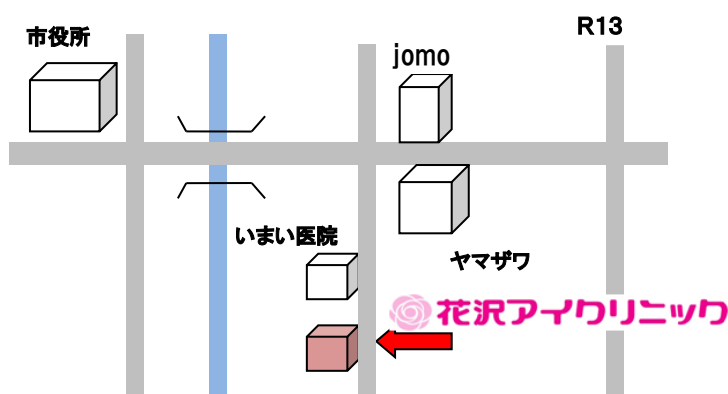


1年前ここ花沢町に開業し、たくさんの方々を支えられ、助けていただきながら患者さまと接してきました。100番から始まった診察券も3000番台に近づき、30例以上の白内障手術もさせていただきました。

物を見るということはとても主観的なことで、どんなふうに見えるかは御本人しか分かりません。1.0の視力があっても見えにくいと感じる人もいれば、0.5でも不自由なく見えますという人もいます。視力検査ひとつとっても患者さまに協力していただかなければ正確な値を得ることができません。これからも患者さま一人ひとりの言葉に耳を傾け一緒に回復の方向に向かって努力していきたいと思います。

私たちにとって、患者さまの「痛くなくなりました。」「よく見えるようになりました。」「よくなりました。」という言葉が一番のエネルギーになります。これからもたくさんのエネルギーをいただけるようにスタッフ一同がんばっていきます。
よろしくお祈りします。

ホームページ <http://www.hanazawa-eye.com>



| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|---|---|---|-------------------|---|---|
| 8:30~1 | ☺ | ☺ | ☺ | ☺ | ☺ | |
| 2:00~ | ☺ | ☺ | | 3:00 6:30 | ☺ | ☺ |

土曜日は昼休みなく、8:30~15:00まで

目玉いきいきライフ



【目玉いきいきライフ】のコーナーでは、目の健康に関する情報や、耳より情報(眼科だけどっ)をお届けします。今回は白内障手術を受けた患者さまへのインタビューと、目にいいカロテンたっぷりの、かぼちゃを使ったおいしいおやつをご紹介します！

◎◎白内障手術を受けたTさん(77歳女性)へのインタビュー◎◎

■手術を受けたきっかけは何でしたか？

見えにくくなったのでメガネを作ろうと思い、クリニックを受診したら、白内障であることがわかりました。以前、白内障の手術をした知り合いが、「やって良かった」と言っていたので、自分も思いきって手術を受けることにしました。

■手術は怖くありませんでしたか？

「先生におまかせすれば大丈夫だ」と思い、不安も大変さありませんでした。手術はあっという間に終わり、手術中も、その後も痛くありませんでした。

■見え方はどう変わりましたか？

良く見えるし、明るくなりました。自分の顔のしわの多さにびっくりしました。今までは掃除も「あちこち」だったことに気づきました。

◎◎かぼちゃごまだんご◎◎ 目にいいカロテンがたっぷり♪

かぼちゃ・・・90g
砂糖・・・15g (大さじ1と1/2強)
白玉粉・・・100g
絹豆腐・・・10g
水・・・90ml (1/4cup 弱)
※目安量なので、調整しながら加えましょう
白ごま・・・適量

材料



- ① かぼちゃは皮をよく洗い、一口大に切り、電子レンジでやわらかくなるまで加熱する。
- ② ①を潰し、砂糖を加えてよく混ぜ、10等分して丸めておく。(※皮がかたくつぶれないときは、皮だ

け包丁でこまかく刻んで加えましょう)

- ③ ボウルに白玉粉と絹豆腐を入れ、水を少しずつ加えながら、耳たぶくらいのやわらかさにまとめたら、10等分して丸める。
- ④ ③を平たくのばし、②を包んだら、白ごまをまぶして、170℃の油でカラリと揚げる。
- ⑤ 丸くふくらんだらあげて油分をきり、もりつけたらできあがり。

今日からあなたも

目玉いきいきライフ



編集後記

- 花沢アイクリニック通信、創刊号はいかがでしたか？初めての編集で作業に戸惑いましたが、なんとか発刊にこぎつけることができました。
- インタビューに答えて下さった患者さまへ感謝するとともに、これからも目に関するお役立ち情報を毎月号楽しくお届けできたらと思います。
- 次回もお楽しみに！

編：りっこ・ビビ