



福生ドッグはいかがですか？

平成25年3月1日発行
馬 詰 眼科

当院の所在地、東京都福生市。福生市には2つのハム工場があります。
2011年、このハム工場で作られているソーセージを使用して、
「福が生まれるまち」のご当地グルメ「福生ドッグ」が誕生しました。

福生ドッグの掟



1. 福生らしさを感じられるものでなければならない。
2. 素材を活かしたオリジナルなものでなければならない。
3. 美味しく、安全、安心なものでなければならない。
4. 大多摩ハム・福生ハムが製造する
長さ16cm×太さ23mmのソーセージを使用するべし。
5. パンはこだわりをもったものを使用し、
切れ目を横に入れるべし。
6. 福生のまちのホットドッグとして、
みんなから愛されるものでなければならない。



<http://fussadog.jp/>

現在登録店舗は市内15店。(平成25年2月現在)
福生ではそれぞれのお店で、色々なホットドッグ＝福生ドッグが食べられます。
お店の詳しいマップは、福生市観光案内所「くるみる ふっさ」にて配布されています。
マップを手に入れて、どこのお店の福生ドッグが一番おいしいか、食べ比べてみませんか。

価格は¥250～800。テイクアウト可能な店舗が多いので
春から新緑のこの季節、お気に入りの福生ドッグを持ってハイキングなどいかがでしょう。

皆さんだけにこっそり・・・お教えします



★三木ドクターオリジナルドッグ★

材料：ソーセージ(6～7本入) 1袋

キャベツ 半玉 サラダ油・塩・こしょう

お好みのロールパン

レモン薄切り1/2枚

ケチャップ・マスタード・マヨネーズ

- ・キャベツを千切りにします
- ・ソーセージとキャベツを炒め軽く塩こしょう
- ・薄～くイチョウ切りにしたレモンを一緒にソテーすると
キャベツがザワークラウト(ドイツの酢漬け)風になってGood!
- ・ロールパンにはさんで
ケチャップ・マスタード・マヨネーズを
お好みでかけて完成!!

お試しください。



～看護よい～

目薬の正しいつけ方を知っていますか？

- ① 手指を石けんできれいに洗う。
- ② 下まぶたをひっぱる。
- ③ 目薬の先端が、目やまつ毛に触れないように1滴たらす。
- ④ あふれてきた目薬はきれいなティッシュを使用し、そっと拭く。



(特殊な目薬については医師の指示通り)

- * 2種類以上の目薬を使用する場合には、間隔を5分以上あけて点眼する。
- * 目薬は他の人と共有しない。
- * 目薬はそれぞれの保存方法に従って保管。
- * 開封して4週間たった目薬は使えません。



さらに使用期限が短いものもあるので、気をつけましょう。

～検査よい～

視力検査では「C」の様な図形＝「ランドルト環」を使います。どこまで丸の切れ目が見分けられるかを調べます。また乱視の度合いを調べる時には放射線状の指標を、矯正するレンズの度が強すぎないかを調べる時には赤地と緑地に◎が描かれている図形を使用します。



～事務よい～

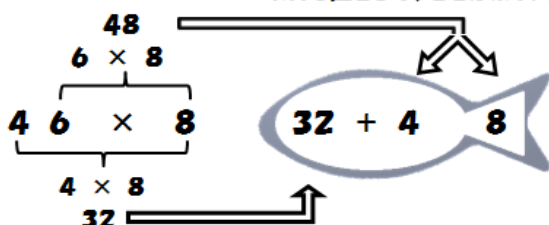
ゴースト暗算という計算方法がテレビなどで話題ですね。

「 $46 \times 8 = ?$ 」という問題でためてみましょう。今までの方法では

$$\begin{array}{r} 46 \\ \times 8 \\ \hline 48 \\ 32 \\ \hline 368 \end{array}$$

左のような筆算(ひっさん)をしていました。これを下の「お魚」のようにイメージすると...

- ① 一の位を掛けます。...→「4」は身の部分に「8」は尾っぽの部分にわけて置きます。ここがポイント!



- ③ 頭の「32」と身の「4」を足して $32 + 4 = 36$

- ④ 尾っぽに置いた「8」を後ろにつなげると...

- ② 十の位を掛けます。...→「32」は 頭の部分にそのまま置きます。

「368」になりました!

原理は筆算と同じですが、ちょっとしたコツで計算も「パズル」のようになっていますね。慣れるとお魚のイメージ(＝ゴースト)だけで、計算できるようになるそうですよ。

◆お知らせ◆

非常勤医師2名が、下記日程をもちまして退職します。

井之川宗右 先生 3月13日(水)

柳沼重晴 先生 3月30日(土)

何卒ご理解くださいますようお願いいたします。

～編集後記～

ホームページがリニューアルしました。
<http://www.umazume.or.jp/top.html>
 うまとびも掲載しています。
 ぜひご覧ください。(外川)



<http://www.umazume.or.jp/sp/index.html>

スマートフォン用もあります

発行・編集 馬詰眼科

〒197-0023 東京都福生市志茂224-1

Tel: 042-553-9521

うまとび編集担当/齋藤美穂・松沢・小嶺

齋藤美由紀・瀧野・外川