

# つじなが便利



第192号

発行日 H24. 9. 1

発行 辻中眼科

編集担当者 古川 花奈

TEL 0584-66-2600

○診療時間 月・水・金 → 午前(9時~12時) & 午後(3時30分~6時30分)

火・木・土 → 午前(9時~12時)

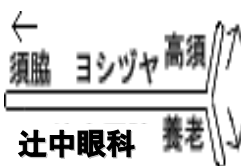
○休診日 日曜・祝祭日・火、木、土曜日午後

○ホームページアドレス <http://www.tsujinaka.jp>

つじなが便利

検索

← クリック!



辻中眼科

養老

○Eメールアドレス [tsuji\\_con@mti.biglobe.ne.jp](mailto:tsuji_con@mti.biglobe.ne.jp)

## 夏の終わり

院長 辻中まさだけ

お盆を過ぎても相変わらず暑い日々が続く日本ではあるが、わが家の庭の蝉の声(羽の音)も盛夏で元気いっぱい聞こえるアブラゼミの「ジージー・・・」という音に混じって、夏の終わりを告げるツクツクボウシの声が聞こえ始めた。

夏の終わりというのはお祭りの後みたいな感じで、楽しかった思い出のなかに心が置き去りにされたような寂しい感じがする。短い夏という言葉は、楽しいことはあっという間に過ぎるという心理に基づいている感じがする。もちろん、実りある秋、幻想的な冬という考え方はあるが、これからやってくる長い冬に対しての少しだけの本能的な嫌悪感も根底にあるのではないだろうか？

大学生時代に香川県に住んだ海のない岐阜県で生まれ育った私は、海の男になりたくて海水浴場でバイトをしていた。かき氷を作ったりゴザを板の間にひいたりして朝の9時から夕方まで働き、仕事が終わった後に瀬戸内海で泳いだものだった。

お盆まではとても忙しかったが、お盆を過ぎると一気にお客の数が少なくなり人影が疎らとなりそれまでとはうって変わって寂しくなった海水浴場で、ひとりポツンと寂しそうにクラゲをお客が触れないように見つけては取っている自分を今でも憶えている。



↑この画像は今から 30 年前に高松市築港で撮影した高松と岡山県玉野を行き来する夕暮れのフェリーです。

8月14日には、亡くなられた数人の患者さんのご自宅前でこっそりと手を合わせてきた。

合掌

平成24年8月19日

## 院外処方箋のお話

当院では、かかりつけの薬局で薬をいただける院外処方箋の発行をおこなっております。ご希望の方は、受付までお申し付けください。

# 秋の花粉症について

- 花粉症は春先ばかりではありません。秋に花粉症の症状を訴える方も多いのです。一番多いのはキク科ブタクサアレルギーによる花粉症です。ブタクサは夏の終わりである9月の初めの頃に花が咲き花粉を撒き散らす植物で、アメリカからの外来種です。アメリカではブタクサによる花粉症の患者がとても多いのだそうです。



《ブタクサ》

## 1. 飛散量の多い時間帯の外出に注意

- 「花粉が多く飛散するのは12～18時ごろ。なかでも、とくに多い時間帯は13～15時ごろなので、外出はなるべく控える」

## 2. 花粉飛散前からマスクで予防対策を

- 「マスクは吸い込む花粉の量を1/6～1/3に減らし、鼻の症状を軽くします。鼻にフィットしたものを選ぶこと」

## 3. メガネの着用

- 「普通のメガネでも花粉は1/3に抑える効果があります。さらに防御力バー付きメガネは花粉の侵入をより減らすことができます。逆にソフトコンタクトレンズの装用は花粉症を増悪させます」

#### 4.帰宅したらすぐにうがいと洗顔

「家に入る前に衣類に付いた花粉を払い落とし、洗顔、洗眼、うがい、手洗いすることが大切です」

※飛散時期に応じた早めの対処が必要です

### ★受付からのお知らせ★

土曜日は来院される患者さんが多いため、待ち時間が長くなることもあり、大変ご迷惑をおかけいたしております。

平日の午後診は空いていることが多く、待ち時間が短くなります。よろしくご考慮下さいませ。

### みなさまからの作品等を募集

つじなか便りでは、皆様からの作品を募集しております。俳句・短歌・写真・絵画・花など、お気軽に受付まで、お待ちしております♪