

自然の恵みに感謝する、食欲の秋



こんにちは。院長の梅津由子です。

気が付けばもう11月。今年も残すところ2か月となり、冬の支度を始めるころとなりました。暑い夏が長かっただけに、あっという間に秋が通り過ぎて行ったという感じです。

そんな短い秋を惜しむべく、先日秋の味覚を味わいに西川町の山菜料理の料理旅館を訪ねました。近くの野山で採れた山菜やキノコ、ジビエを丁寧に処理し、シンプルでおいしい料理に仕上げ提供してくれます。ここに来るたびに、自然の恵みのありがたさや、おいしく頂くための知恵に感心させられ、また足を運びたくなります。

今回は松茸をはじめとするキノコがメインのお料理でしたが、コースの中に熊の煮凝りを使った料理があり、ひとしきり熊の話題で話が弾みました。そうしましたら、ご主人が熊の手のひらを召し上がりますか？と。1週間火を落とさずじっくり煮込まれたそれは、かなりショッキングな見た目ではありましたが、骨の周りのお肉と豊富なコラーゲンをありがたく頂戴しました。



そんな折、北海道で4年にわたって、66頭もの牛を襲い、「怪物ヒグマ」と恐れられてきた、OSO18と呼ばれたヒグマがついに駆除されたというニュースを耳にしました。

発見された時、怪物の面影はなく、痩せていて毛艶も悪く、逃げる気力も無いように見えたそうです。

もともと熊は木の実などを主食としているそうですが、どうして牛を襲って食べるようになってしまったのでしょうか？100年前、絶滅寸前の状態だったエゾシカ。長年、保護政策が続けられ、今はその数が増えすぎ、農業被害も甚大だとして、年間10万頭が駆除されるようになりました。しかし、死体はそのまま放置されるケースも多く、OSO18は、それらを食べ、肉に依存するようになった。野生のヒグマと全く違う食習慣を身につけてしまったOSO18は、いつしか持って生まれた自然を生き抜く力を失ってしまったのではないのでしょうか。

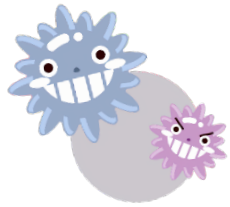
今年は日本各地で熊の出没が相次ぎ、大けがをなさる方もいて問題となっています。本来豊かな森でドングリやフキを食べ、悠々と暮らす運命の熊たち。それが、人間がつくりかえた自然の中で、運命を狂わされた熊たちのことを思うと心が痛みます。

ちなみにOSO18のお肉は都内などのジビエ料理店で、お客様がおいしく頂いたそうです。でも牛肉を食べた熊より、どングりを食べた熊の方がおいしい気がしませんか？

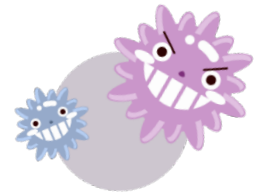


目玉いきいきライフ

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。



インフルエンザQ&A



毎年11月頃から流行するインフルエンザ。
今年は全国的に流行時期が例年よりも早いようです。
今回はインフルエンザのワクチン接種についての疑問にお答えします。

Q：なぜ毎年インフルエンザワクチンを接種する必要があるのですか？

A：インフルエンザのウイルスは、少しずつ性質を変化させています。そのためワクチンも毎年
ダブリュエイチオー セカイホケンキコウ WHO（世界保健機構）が発表する 推奨株 すいしょうから を基に、日本国内の専門家により予測・検討され、毎年新しいものが作られています。その年のインフルエンザに最も有効と思われるものが、その年のワクチンだということです。また、ワクチンの効果の持続期間は、個人差はありますが約半年程度であり、次の年の有効性はあまり期待できません。したがって、インフルエンザの予防のために、ワクチンは毎年接種するようにしましょう。

Q：インフルエンザワクチンはいつ頃接種したらよいのでしょうか？

A：インフルエンザワクチンは、接種してから効果が現れるまで、通常2週間ほどかかります。日本では、毎年11月下旬から12月上旬にインフルエンザのシーズンが始まりますが、今年はすでに流行しておりピークが早まると思われるので、予防接種は早めに受けましょう。



Q：インフルエンザワクチンを接種した日に注意することは？

A：インフルエンザワクチンの接種後に、まれに じんましん 蕁麻疹や こきゅうこんなん 呼吸困難などのアレルギー反応が出る場合があります。治療が必要な ふくはんのう 副反応 のほとんどは接種後30分以内に起きますので、その間は健康状態に注意し、医療機関にとどまるか、医師とすぐに連絡がとれるようにしておきましょう。予防接種をした日は、過度な運動や飲酒は避け、注射をした部分は清潔に保っておきましょう。特に体調に問題がなければお風呂には入ってかまいませんが、注射したところを必要以上にこすらないようにしてください。

※コロナワクチンとの同日接種も問題ありません。

～編集後記～

今年も当院ではインフルエンザの予防接種を行っております。流行が本格化する前の、早めの接種をおすすめします。ご希望の方はスタッフにおたずねください。

ビビ・まめちよ・やこ

