

彦根中央 リハビリぽすと

令和 3 年 11 月 号

〒522-0054 彦根市西今町 369-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

<http://www.hikone-rehacl.com/>

受付から



気温が下がり、空気が乾燥してきましたが、いかがお過ごしでしょうか。

今回は花札について調べてみました。かるたの一種で、昔は地方ごとに様々な花札が存在していましたが、今では八八花という花札が全国的に使われています。その花札ですが1組48枚で構成されており、12か月を4枚の札で表している事をご存知でしょうか？

11月は「柳・蛙・小野道風・燕・短冊」が描かれています。花札で唯一人物が描かれている月です。その描かれている人物ですが、明治時代までは『斧定九郎』という架空の人物でしたが、それ以降は『小野道風』という実在した人物へ変更になっています。他にも、11月の植物として描かれている柳の花は春に開花であったり、蛙も冬眠を迎える季節だったり、少し季節とずれている理由は諸説あるようです。その中でも、昔の人々の遊び心からという説をよく目にしました。在宅時間の長くなっている今、昔の人々の遊び心に触れながら、花札を楽しんでみるのも楽しいかもしれませんね。地域によっては、少しルールが違ってくるみたいですよ。

健康コラム



酸素飽和度ってなに？

最近ではテレビでも耳にする機会が増えてきましたが、『酸素飽和度』をご存じでしょうか？クリニックでは受診時に体温と共に酸素飽和度も測定させていただいております。血液の中には、酸素を運搬してくれる「赤血球」という運び屋がいるのですが、赤血球の中にある「ヘモグロビン」というタンパクが酸素と結合することが重要です。ヘモグロビンの何%が酸素とくっついているかを見るのが「酸素飽和度」です。日本呼吸器学会によれば、96～99%が正常値とされています。少し歩いた後に測定すれば酸素飽和度は93～95%くらいになることもありますし、96%を瞬間的に下回ったからといって即座に異常という判断にはなりません。ではなぜ酸素飽和度が低下するとよくないのでしょうか？心臓や脳などの臓器に影響が出るためです。酸素飽和度が90～93%を下回ったからといって、その瞬間に心臓や脳がやられるわけではありません。その状態を放置することが問題で、長時間酸素飽和度が低いと、健康に悪影響がおよぶリスクがあります。皆さんも是非、機会があれば測定してみてください。

診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	新庄	新庄	新庄	×	吉田	新庄
午後	新庄	新庄	×	×	休診	新庄

午前診察 9:00～12:00

午後診察 3:00～ 5:00

休診日：水曜午後・木曜・日曜・祭日

ご 連 絡



今年もインフルエンザの予防接種を行います。完全予約制になっています。ワクチンが供給された分だけ予約をお取りします。接種は11月1日から開始になります。詳しくはクリニック受付まで連絡下さい。

クリニック受付 **0749-22-7005** 木・日・祝は休みになります
(ワクチンの都合で変更になる場合があります)