



大國魂神社 (府中)

昨年暮れ1人、2人と増えるインフルエンザ、これは正月が大変と思っていたが、正月4日、インフルエンザの急増に驚いた、この1ヶ月はこれが続くのだろう。3ヶ日の休日診療所の様子を聞いてみると、毎日100人位インフルエンザテストをして50人位がインフルエンザだったそうです。やはりインフルエンザの大流行は始まっています。これからも、もう少し続くと思います。皆様気を付けて下さい。



正月に盛んインフルエンザ

第37回 わかりやすい医学講話 やさしい高血圧のお話 森 壽生先生

令和2年3月5日 (木)

南足柄市文化会館

小ホール

開場 十三時三十分

開演 十四時

入場無料

この頃は、テレビなどで医学番組がありますが中には根拠の怪しいものもあります。

足柄上医師会では皆様に正しい医学知識をお届けしようと毎年「わかりやすい医学講話」を開催しております。今回は「高血圧」についてやさしく解説していただきます。

会場は南足柄文化会館です。皆様どうぞお越し下さい。

第37回 わかりやすい医学講話

やさしい高血圧のお話

入場無料

令和2年3月5日(木)

南足柄市文化会館 小ホール

神奈川県南足柄市関本415-1

開場 13:30 開演 14:00

TEL 0465-83-1800

森 壽生先生

趣味のコーナー

〈ベーコンと牛タンの燻製〉



これまで私は燻製を鉄のドラム缶(普通のドラム缶)を使っていましたが、2、3年前それが使えなくなりました。そこでステンレスのドラム缶を手に入れた、スモーカーとして使うことにしました。すると、これまで使っていた電熱器では温度が上がらなくなってしまう、対策が来ず、燻製を中断していました。が木炭を使えば温度が得られることが分かり、今年より再開することにしました。

〈ベーコン〉

- これは私が作っている中で一番簡単で上手に出来ます。
- ①豚バラ肉1kgの表面に粗塩(砂糖、胡椒、ロリエなどのスパイスを加える)をすり込みます。
 - ②肉をバット又はビニール袋などに入れ低温の所へ置き1週間置きます。(1日1回天地を返す)
 - ③塩漬けされた肉を流水につけ2日間塩抜きをします。

〈牛タン〉



- ④半日〜1日風乾します。
- ⑤ドラム缶の中につるし60℃〜70℃の煙に3時間燻煙する。(温度調節には電熱器を使い、スモークに棒状のスモークウッドを使う)

写真の黒っぽい物です。

これまで成功していなかったもので、今回期待のものです。

- ①牛タン1本(1〜2kg、肉屋さんで皮をむいてもらう)を良く洗い、表面を清潔なタオルで水気を良く拭きとり、フォークや鉄グシで全体にまんべんなく穴を開ける。
- ②これに塩、胡椒をすり込みバットやビニール袋に入れ冷たい所に置き、1週間置く。
- ③1〜2日流水につけ塩抜きをします。
- ④約1日乾燥させます。
- ⑤赤ワイン、人参、玉葱、セロリ、パセリなどの香味野菜を入れた液に入れ、それをビニール袋などに入れ約1週間つけ込みます。
- ⑥風乾(1日位)
- ⑦75℃位の水で1時間半ポイルして出来上がりです。

少し面倒ですが、非常においしく出来ました。

院長

1月・2月の休診日

休診 日曜・祭日
午後休診 水曜・土曜



E・メールを送って下さい。
norikazu@okutu.jp



1月10日 院長誕生日

みなさんの質問や投稿をお待ちしております。
☆受付けからのお願い
月初めには必ず保険証を受付にお出し下さい。
診察券は毎回お持ち下さい。
☆編集に当たり校正には十分注意致しましたが、誤字・脱字等がありましたらご容赦下さい。