

# Fleur de soleil

\*フルール・デ・ソレイユ：フランス語で太陽の花“ひまわり”を意味します\*



ひまわり 歯科

〒940-0864 新潟県長岡市川崎2-2478-1  
 TEL : 0258-37-7778 / FAX : 0258-37-7775  
 HPアドレス <http://www.himawari-dental.jp/>

## 院長挨拶

残暑を感じつつ、コロナ禍でも3密を避けて秋を楽しみたいです。

まず、右のランキング10は、何だと思われますか？

実は、窒息事故が多い食事ランキングです。

今年の夏に小さいお子さんのブドウによる窒息事故がありました。それに対し、私の子供が「ブドウで詰まっちゃうの？」と驚いたのです。

そこで、改めて私も調べ、子供よりもっと驚きました。「餅は、知っていたけど、**お粥**や**バナナ**でも窒息してしまうのか。」

さらに、重症化率を確認すると、より驚きの結果でした。「餅よりも、**しらたき**、**ヨーグルト**が重症化する！」

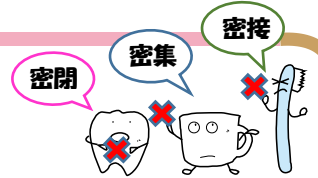
餅は、窒息しても固形に近いので、背中を叩けば吐き出せる可能性があります。しかし、柔らかい食材だとすべてを吐き出せず、残留食材が誤嚥性肺炎などの原因になることもあるのです。



さて、皆様は、この統計をどのように感じられましたか？「食欲の秋」を楽しむための参考になりましたでしょうか。**窒息するイメージが少ない食材こそ、日頃からの注意が必要なんですね。**

このランキングを知ってからの私は、柔らかい食材こそ咬む回数を少し増やし、ゆっくりと飲み込むようにして窒息予防をしています。皆さんの中でも、窒息せずに好物を末永く味わえる方法を知りたい方がおられましたら、気軽にお尋ねください。

院長 北沢 敦



	食品	事故物件	重症以上割合
1位	お餅	406件	54.7%
2位	ご飯	260件	29.6%
3位	飴	256件	1.2%
4位	パン	238件	33.2%
5位	寿司	76件	44.7%
6位	お粥	57件	28.1%
6位	リンゴ	57件	5.3%
8位	団子(みたらし団子)	55件	45.5%
9位	バナナ	40件	32.5%
10位	カップ入りゼリー	31件	32.3%

	食品	重症以上割合	事故物件
1位	こんにゃく入りゼリー	85.7%	7件
2位	しらたき・糸こんにゃく	71.4%	7件
3位	たこ	66.7%	6件
3位	油揚げ	66.7%	3件
3位	プルーン	66.7%	3件
6位	牡蠣フライ	60.0%	5件
7位	里芋	58.3%	12件
8位	カステラ	57.1%	14件
9位	ヨーグルト	55.6%	9件
10位	お餅	54.7%	406件

※2010年発表 消費者庁発表  
 「窒息事故の詳細分析」より



新入社員 歯科助手 丸山 優歩 ご挨拶



- ◆仕事のモットー
  - ◆不安な気持ちを抱えて来院される患者さんが、少しでもリラックスできるように笑顔で温かい対応を心がけています。
- ◆患者さんから言われて嬉しかったこと
  - ◆「来て良かった」とおっしゃっていただいた時
- ◆やりがいを感じる時
  - ◆患者さんが笑顔で安心して帰っていかれる時
- ◆好きな言葉
  - ◆努力
- ◆ズバリ 当院の魅力は
  - ◆スタッフ全員が患者さんに優しく丁寧な対応をしているところ



お茶を楽しめる季節になりましたね。  
ゆったりとお茶を楽しむために、ぜひ作ってみませんか？

## 絶品パンケーキ



### ◆材料(2人分)◆

#### パンケーキ

- A
- ★日清フラワー(薄力小麦粉)…190g
  - ★日清ベーキングパウダー…小さじ2
  - ★塩…1さじ 1/4 ★上白糖…大さじ2

- ★卵…1個 ★牛乳…150ml
- ★レモン汁…小さじ1 ★サラダ油…適量

#### ミルククリーム

- ★牛乳…150ml
- ★上白糖…大さじ2
- ★コーンスターチ…大さじ1
- ★バター(食塩不使用)…5g
- ★バニラエッセンス…少々

#### トッピング

- ★スライスアーモンド…適量
- ★お好みのジャム…適量

#### 下準備

- ★材料Aは合わせてふるう。
- ★スライスアーモンドは軽くフライパンで炒る。

### ◆作り方◆

- 1> 生地を作る。牛乳を耐熱容器に入れ、電子レンジ(600W)で1分20秒加熱してレモン汁を加え、軽くかき混ぜモロモロとした状態にする。
- 2> 卵をボウルに入れて溶きほぐし、①を入れて軽くかき混ぜ、材料Aを加えてゴムベラで切るように混ぜ合わせる。
- 3> フライパンを火にかけてサラダ油を薄くひき、②の記事の1/4の量を流し入れて蓋をする。1~2分焼いたら裏返して両面焼く。これを4枚作る。
- 4> ミルククリームの材料を全て鍋に入れて、ゴムベラでかき混ぜながら加熱し、とろりとしたクリームにする。
- 5> ③のパンケーキを器に盛り、④のソースをかけて、スライスアーモンドをふり、お好みのジャムを添える。

