

2022年10月

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

学びの秋を迎え、過ごしやすい季節となりました。
9月中旬まで暑い日が続きましたので、夏のお疲れは出ていませんか。



さて、長岡歯科医師会に所属している歯科医師は2年間隔で学校医を循環的に担当しており、私の担当は「豊田小学校」です(2年目)。令和4年度現在で長岡市立の小学校 55 校、中学校 27 校、特別支援学校 2 校の計 84 校となっています。

近年、市内の小・中学校生徒数は年々減少しており、この傾向はより一層進んでいくものと考えられます。ところが小学校では豊田小学校だけが加速度的に増加中であり、令和4年約600人(20学級)→令和6年700人(23学級)→令和9年~10年800人(27学級)の見込みです。特に注目すべきは、令和7年に780人(25学級)になると、文部科学省の定めるところの「大規模校(25学級以上)」に該当します。わずか5年後には長岡市の歴史で希少な存在になりますので、非常に興味深いです。

さらに、私が興味を持ったのは、豊田小学校周囲の地域・都市計画です。実は、豊田小学校の学校医は、今回で2回目です。(1回目:約10年前)1回目の歯科検診時に当時の校長先生と会談しましたところ、「これから学校の拡張工事が始まるのですが、周辺道路、設備工事が遅れており、児童達の登下校時の交通事故が心配なんです。」と仰っていたのを思い出しました。

文部科学省の取り組みを調べると、大規模校だけでなく地域教育に対してコミュニティ・スクールという構想がありました。“**学校を核とした協働の取組を通じて、地域の将来を担う人材を育成し、自立した地域社会の基盤の構築を図る「学校を核とした地域づくりの推進」**です。”



つまり「人作りは、まちづくり」と私は理解しました。その試みは、ぜひとも成功して欲しいですね。コミュニティ・スクールは全国約30000学校のうち約3000校が導入しており、約10%の導入率のようです。ようやくコロナ感染もある程度落ちついた状況になり、コミュニティ・スクール活動も再開してWEB上には全国の活動状況が報告されています。

私としても豊田小学校の学校医を2回任命されて4回授業を行ったことは、ご縁と感じます。まもなく秋期学校歯科検診もスタートしますので、児童たちが歯のことを気にせずに学べるようなお手伝いをしていきたいと思っています。

院長 北沢 敦



コラム

★当院でも PayPay による治療費支払いが
10月より可能になります★

<手順>

- ① 受付スタッフから QR コードが提示されます。
- ② PayPay アプリを立ち上げて「スキャン」をタップし、QR コードを読み取ります。
- ③ 読み取り後、患者様側で治療費の入力をしていただきます。
- ④ 「次へ」をタップすると画面が上下逆になりますので、スタッフが金額を確認します。
- ⑤ OK であれば「支払う」をタップし、「PayPay！」が聞こえれば決済終了です。



ハニーマスタードチキン

●いつものチキンが新感覚！
意外と色々使えるソースですよ！

◆材料

<2人分>

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・鶏もも肉…2枚 ・エリンギ…2~3本 ・ブロッコリー…適量 ・小麦粉…適宜 ・塩コショウ…適宜 ・サラダ油…適宜 | <p>A) ハニーマスタードソース</p> <ul style="list-style-type: none"> ・はちみつ…大さじ1 ・粒マスタード…大さじ1 ・濃い口醤油…大さじ1 ・マヨネーズ…大さじ1 |
|--|--|



◆作り方

- 1 Aの調味料を混ぜ合わせます。(量は同じなので増やしたい時は同じ量で増やして下さい。)

付け合わせのエリンギはさっと炒め、ブロッコリーは茹でておく。(付け合わせは、ご家庭にある野菜等、意外と何でも合いますので、色々な物で試してみてくださいね。)

- 2
- 3 鶏肉に塩コショウをして、小麦粉をつけ余分な粉を落とします。フライパンにサラダ油を引き、皮目から火にかけて上からフライ返しで抑えながら3分~5分ほど焼く。上から抑えることによって皮目が縮むのを防ぎます。焼き色がついたら、ひっくり返して裏面も焼きます。中まで焼けたら取り出します。

- 4 鶏肉は食べやすい大きさにカットして、付け合わせの野菜と盛り付ける。1のソースをかけて出来上がりです。

なんと
お豆腐にも



ハムエッグ
にも

◆ポイント

お肉に粉を振るうのは、粉類にはデンプンが含まれているからです。デンプン量が多い片栗粉は、焼くことによって、旨味や水分を閉じ込める働きがあります。また焼き色や香ばしさを出したい時はアミノ酸が多く含まれている小麦粉が使われます。今回は小麦粉を使いましょう。