

# ハッピータウン苗穂

「元気に長生き」を目指して

令和3年10月に、東区伏古に「札幌心しこ内科・透析クリニック」を開院しました角田政隆(つのだまさたか)と申します。私は埼玉県行田市出身です。平成9年に防衛医科大学を卒業し、初任実務研修後に航空自衛隊襟裳分屯基地で医官として勤務しました。その後自衛隊を退職し、北海道大学第2内科に所属、N・T・東日本札幌病院、浦河赤十字病院、札幌社会保険総合病院(現JCHO札幌北辰病院)、H・N・メディックさっぽろ東で勤務いたしました。もともと北海道に縁もゆかりもない人生でしたが、なんとなく抱いていた北海道へのあこがれが、えりも町に赴任した時に一気に爆発し、そのまま定住することになりました。



所である伏古公園に近い閑静な住宅街の一角に開院することになりました。札幌心しこ内科・透析クリニックは地域のかかりつけ医として、身体のことをいつでも相談できる、信頼されるクリニックを目指して、「元気に長生き」のお手伝いをしたいと考えています。

院内は当院イメージカラーの青を基調とした爽やかな空間となっています。段差のないバリアフリーの玄関や広い診察室など、すべての患者さんに優しいクリニックを目指しています。そんな当院の中心に位置するのが、こだわりの詰まった中庭です。北海道の自然を感じながら、少しでも明るくリラックスした雰囲気の日々の通院、透析生活を過ごしていただきたいとの思いから、中庭をご用意しました。四季を感じられる2本のヤマボウシがとてもキレイです。ぜひ来院の際にはご覧になってください。

当院のモットーは「元気に長生き」です。通院してもらう患者さんに、元気に長生きしてもらえようという様々なアプローチを考えております。特に透析患者さんはサルコペニアやフレイルの有病率が高いことが報告されており、栄養や運動のサポートが重要です。当院では、患者さん個々の生活に寄り添いながら、その患者さんが「元気に長生き」するためには何が必要かを常に追求し、その患者さんに

発行制作  
道新岩佐販売所  
東区本町2条6丁目  
TEL 781-8363  
発行責任者  
岩佐 友紀



適した食事管理や運動指導を行いたいと考えています。患者さんと一緒に治療に参加することで、「元気に長生き」するためのお手伝いをしていきたいと思っています。

透析患者さんの通院には無料送迎サービスも実施しておりますので、ご希望の方は気軽ににご相談ください。

また、予約診療で腎臓内科専門外来を開設しました。蛋白尿やクレアチニンの値など、健康診断で腎機能の低下を指摘された方の検査や治療、高血圧や糖尿病など慢性腎臓病のリスクが高い患者の健康管理のために、管理栄養士による栄養相談なども行っています。

一般内科全般にも幅広く対応しておりますので、「いつもと違ってなにか変だ」と感じるものがあれば、我慢しすぎず何でも気軽に相談ください。近隣に住まいの皆さんの健康維持・増進にも貢献できればと思っています。

「笑顔が集う場所」を「元気に長生き」するための健康維持・増進にも貢献できればと思っています。

ます。今まで、多くの方々に本当にお世話になってきました。そのすべての方に感謝と恩返しのお気持ちを持ちながら、日々の診療にあたっていく所存です。今後ともどうぞよろしくお申し上げます。

〈理事長・院長〉  
角田 政隆(つのだまさたか)  
1997年防衛医科大学卒業、医療法人社団H・N・メディックさっぽろ東院長を経て、現在に至る。日本内科学会認定内科医。日本透析医学会専門医・指導医、日本腎臓学会ほか会員。

内科・腎臓内科・人工透析  
医療法人 惺陽会

札幌心しこ内科・透析クリニック  
TEL 789-0245  
東区伏古3条2丁目2-22  
診療受付時間  
【内科・腎臓内科】  
月・火・水・金 10:00~13:00  
13:00~15:30  
木・土 10:00~11:30  
※火曜午後と土曜午前は腎臓内科専門外来予約診療日  
休診日/日曜・祝日  
【人工透析】  
月・土 8:30~  
※現在は午前のみ

東区伏古3条2丁目2-22  
診療受付時間  
【内科・腎臓内科】  
月・火・水・金 10:00~13:00  
13:00~15:30  
木・土 10:00~11:30  
※火曜午後と土曜午前は腎臓内科専門外来予約診療日  
休診日/日曜・祝日  
【人工透析】  
月・土 8:30~  
※現在は午前のみ

東区伏古3条2丁目2-22  
診療受付時間  
【内科・腎臓内科】  
月・火・水・金 10:00~13:00  
13:00~15:30  
木・土 10:00~11:30  
※火曜午後と土曜午前は腎臓内科専門外来予約診療日  
休診日/日曜・祝日  
【人工透析】  
月・土 8:30~  
※現在は午前のみ

東区本町2条6丁目  
TEL 781-8363  
発行責任者  
岩佐 友紀

東区本町2条6丁目  
TEL 781-8363  
発行責任者  
岩佐 友紀

東区本町2条6丁目  
TEL 781-8363  
発行責任者  
岩佐 友紀

東区本町2条6丁目  
TEL 781-8363  
発行責任者  
岩佐 友紀

還元陶板浴 ひかりげんじ  
営業時間/午前10時~午後8時(完全予約)  
※定休日 月曜日・木曜日  
料金/通常入浴料金1,100円(料室内60分)  
※回数券6回分9,500円  
レンタル料金700円(タオル上下・大判9折・7折9折・水5000)  
札幌市東区本町2条1丁目3-15  
TEL 011-784-1888 (駐車場あり)  
<http://www.hikaligenji.com/>

子育て世代の健康住宅造りを応援します。  
空気ソムリエが創る人にやさしい家  
eハウス・ナリタ  
TEL.0120-91-5868  
<http://www.ledasu.com>  
札幌市東区本町1条3丁目5-6

パイ専門店  
Café & pie  
CRARIS  
札幌市東区本町1条4丁目2-1  
営業時間11:00~18:00(月・火曜休)  
TEL 011-299-4029  
HPまた携帯から休止めもご利用出来ます。

RAMEN 川端家

今回は、今年8月にオープンしました、家系ラーメンの「RAMEN 川端家」さんの紹介をします。家系ラーメンとは、豚骨醤油ベースの濃厚なスープと短めの太麺が特徴で、1974年に横浜で開店したラーメン店の影響を強く受けているラーメンのことです。



川端家さんの店内に入りますと、ラーメンを注文する券売機があり、そこでお好みのラーメンを選び券売して注文になります。カウンター席12席、テーブル席1席があるお洒落な店内で、川端さんは、和食、お蕎麦の料理人を経てラーメン店を開きました。ラーメン店での修行はないのですが、今までの料理知識、味覚、後は数えきれない程の食歩きの独学で今の味にたどり着き開店しました。

川端さんのこだわりは地産地消で、道産豚も肉を使用した焼製チャーシューは、煮ないで低温で焼いて調理をし、お客様が食べる時にスープに浸すと一番美味し味、食感になるように作っています。またお客様がテブールにある調味料では、積丹の美園町で作っている無農薬ニンニ



クを使用した醤油漬けも自慢の一つでラーメンを食べている途中で入れると、また違った味のアクセントになり旨味がまします。今年から札幌北ノ沢に畑を借りてニンニクを植え、これから自家製栽培をしていくとのことです。麵もこだわりのストレートの中太麺で、店内に自家製麺室がありそこで自家製麺を仕上げられています。家系ラーメンに欠かせないライスは、ななつぼし米で一番おいしい状態でお客さまに提供したいとの思いで、苦前の農家さんと契約を結び自店内で精米してお客様に提供しています。数ある家系ラーメン店は横浜由来の味を引継ぎ表現されていますが、川端家さんの家系ラーメンは、とことん道産にこだわりの、道民の味に合うようにこだわって作っています、とお話されていました。

11月9日は119番の日です
正しい119番通報のしかた
防火だより
RAMEN 川端家
玉ネギ100円、その他に白ネギチャーシュー丼300円、赤ネギチャーシュー丼(コロチャー)250円

いけだ内科循環器クリニック
診療科目/内科・循環器内科
禁煙治療 血管年齢検査
予防接種 特定健診
診察時間 月火水木金土
休診日/第2,4土曜日・日曜・祝日

暖房器具の使用について
肌寒さが身に染みる季節となりました。本格的に暖房器具を使用することから、ストーブによる住宅火災が発生しやすい時期でもあります。
ストーブの近くに燃えやすいものを置かない
外出する時や寝る時は、ストーブの火を消す
給油は必ずストーブの火を消して行う

《 今月のお題 》
Q. 今回紹介した「RAMEN 川端家」さんがオープンしたのはいつでしょうか?
下の4つの中から教えて下さい
1. 2021年8月
2. 2015年8月
3. 2017年8月
4. 2020年8月
☆今月の問題の応募方法☆
答えとお名前・ご住所をハガキに書き、下記までお送り下さい。

あなたの COVID-19 感染対策を確認できます
感染対策訪問カット
男女訪問カット専門 各施設訪問可能
新型コロナを何人も防ぐ対応した感染防御対策でカットします
時間: 8:30~18:00/定休日: 月曜日
TEL: 070-8527-6061
https://kansentaisaku-cut.cloud-line.com/

10月号のクイズの答え
今回も沢山のご応募ありがとうございました。ハガキ17件、メール8件の中から抽選で5名の方に図書券をプレゼントいたしました。今月も沢山のご応募お待ちしております。
えとう動物病院
TEL: 011-787-2633