

礎

兵庫県臨床検査研究所
Winter January

2025.1

No.94 いしずえ





謹賀新年 (令和7年)

代表取締役社長 岩本 泰秀

謹賀新年。新しい年、巳年が始まります。今まで力を蓄えていたものが芽を出す「起点」の年、「再生と誕生」を意味する年と言われています。皆様にとって「実(巳)を結ぶ」素晴らしい一年でありますよう心よりお祈り申し上げます。

さて、日本で問題となっている“2025年問題”特に医療の影響は大きく、この時代を乗り越える為にも、DX導入による生産性向上の実現、多様な雇用促進、働き方改革、市場を見据えた医療サービスの多様化等、対応策を迅速に進めていくことが重要であります。又、物価高の上昇・賃金引上げ対策にしても、我々企業として、診療報酬の枠組みの中で価格転嫁することは非常に難しい課題ではありますが、その中でも容器有償化や値上げ要請等、ご協力頂いた先生方には、心から感謝を申し上げます。

当社では、2024年度の社内方針で「創造性」と「突破力」をモットーに新しい事にチャレンジして参りました。種を植え、芽が出て、花が咲いても、咲かせ続ける為には、日々の水や肥料や日光を与えていかなければなりません。同じように、新しい事を始める時は勇気が必要ですが、更に大切なのは、“続けていく”ことだと感じます。古代ギリシャの哲学者アリストテレスは、次のように言っています。

「人格は繰り返す行動の総計であり、それゆえに優秀さは単発的な行動にあらず、習慣である」例えば、仕事において一度だけ成功したり、好評を得たりすることを目指すのではなく、その後も続けられるようにすることが大切です。そのためには、本人の意志が第一ですが、継続できるかどうかは、環境にも大きく左右されるものです。新しいチャレンジをしたとしても、周囲の人が誰も理解や協力をしてくれなかったら、続ける気力がそがれてしまうものです。優れたチームを作るには、互いのチャレンジを応援し、良いことは続けていけるよう全員で協力する体制を整えていきたいですね。

昨今の選挙問題や有名人の不祥事等、SNS、テレビ・新聞等メディアからの情報と何を事実として判断するかが情報錯乱で惑わされることはないでしょうか。いかに公正で正確な情報か、それに加えて様々な経験を積みながら知識を得たことで形成される常識や固定観念により誤った認識や非合理的な判断を行ってしまうこともないでしょうか。特に最近ではSNSのアルゴリズムは興味のある情報を優先するため、自分の意見と似たものが表示しがちなところがありますので要注意と感じています。気を付ける為には、「木を見て森を見ず」という諺があるように物事の細部だけを見て全体を見失わないようにすることが大事です。又、多くの人の言葉に傾け柔軟性を持って情報を収集すること。自分にはわかっている、間違っていないという先入観を捨てることも肝要です。これからAIの発展により更に大きく社会や環境が変わる中、人の心も荒れることが多くなるかと思いますが、そうならないように、決めつけや思い込みは傲慢さの表れと心に留めておきたいですね。

結びとなりますが、本年もより一層、皆様のお役に立てるよう努めてまいります。社員一同力を合わせて邁進してまいりますので、変わらぬご愛顧とご指導を賜りますよう、よろしくお祈り申し上げます。

岩本 泰秀

ナトカリ比をご存じですか？



日本高血圧学会は、日本人のための尿ナトカリ比の目標値と適切な評価方法を提唱するため、機関誌Hypertension Research (JSH STATEMENT)にて 2024年10月8日(火)にコンセンサスステートメントを公表いたしました。

尿中のNa(ナトリウム)とK(カリウム)の比をNa/K比(ナトカリ比)と言います。

Na/K比は上昇します

ナトリウム(食塩)摂取量が多くなる または カリウム摂取量が少なくなる

カリウム摂取量が多くなる または ナトリウム(食塩)摂取量が少なくなる

Na/K比は低下します

摂取したナトリウム(食塩)の約90%、カリウムの70~80%が尿中に排泄されるため 尿ナトカリ比は食事から摂取したナトリウムとカリウムの量比を客観的に評価することができるといわれています。

	平均尿Na/K比
至適目標	2未満
実現可能目標	4未満

ただし、随時尿を用いて尿ナトカリ比を測定する場合、週に4日以上、異なる時間帯に採取した尿の測定値から平均を算出することを日本高血圧学会は強く推奨しています。健康診断などでやむを得ず単回の随時尿で評価する場合には、起床後第2尿(午前9時頃の尿)を用いることが望ましい可能性があります。ありますが、まだ十分な知見は得られていません。



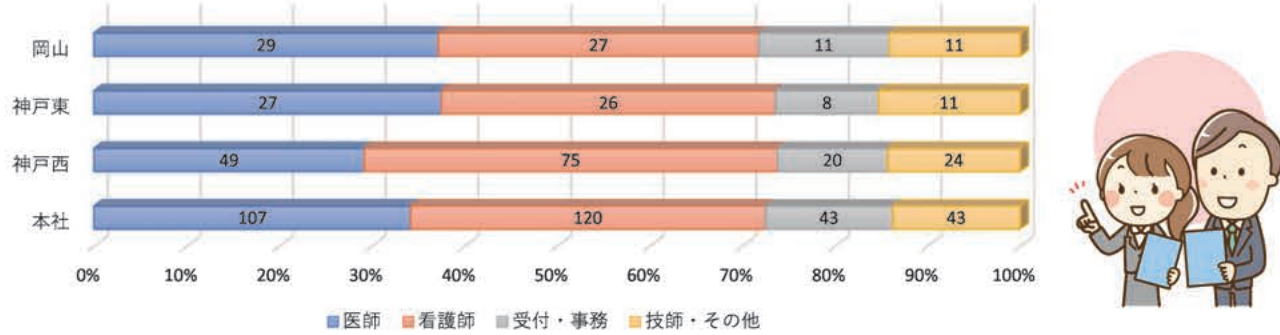
参考資料

日本高血圧学会 「日本高血圧学会 尿ナトリウム/カリウム比(尿ナトカリ比)ワーキンググループ コンセンサスステートメントの発表について」

第19回 お客様満足度アンケート結果報告

10月16日から11月15日まで実施させていただきました「お客様満足度アンケート」の結果についてご報告させていただきます。今回は424施設、631名の方にご回答いただきました。おかげ様で、非常に多くのお客様から貴重なご意見を賜ることができました。ご協力いただきました皆様には、心より感謝申し上げます。

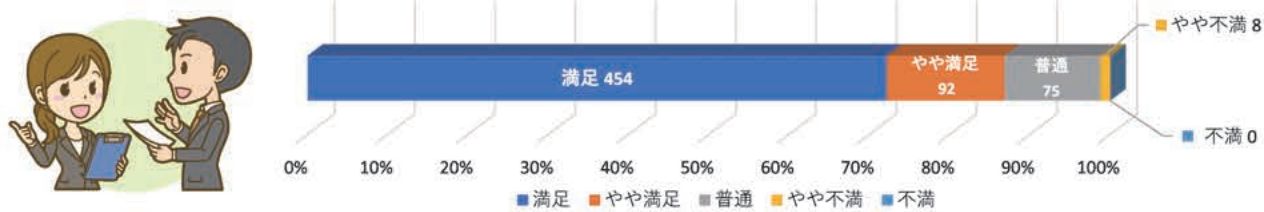
ご回答者



検査サービス全体の満足度



検査結果報告の速さ



検査結果の報告内容



営業部責任者コメント

この度は第19回お客様満足度アンケート調査にご協力いただきまして誠にありがとうございました。皆様からの貴重なご意見を真摯に受け止め、より良いサービスが行えるよう研鑽してまいります。また、地域検査センターとして地域のニーズを追求し少しでも地域医療に貢献できるよう努めて行きたいと思っております。今後ともご指導賜りますようお願い申し上げます。

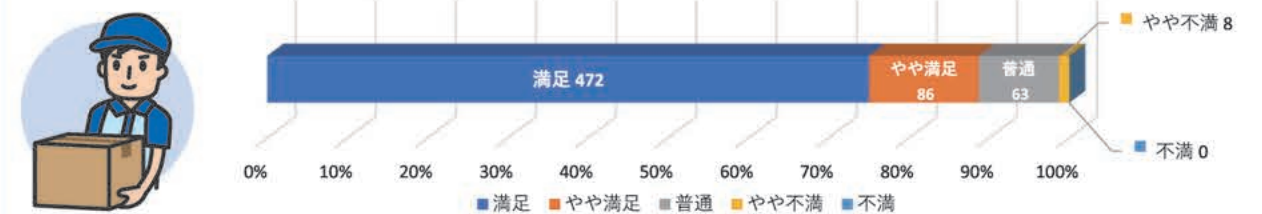
検査部責任者コメント

今年度もアンケート調査にご協力いただき誠にありがとうございます。当社への屈託のないご意見をいただき検査部一同真摯に受け止め対応させていただきます。今後も、品質保証された検査結果を少しでも早く先生方にお届けするという信念を元に励んでまいります。引き続きご指導ご鞭撻賜りますようお願い申し上げます。

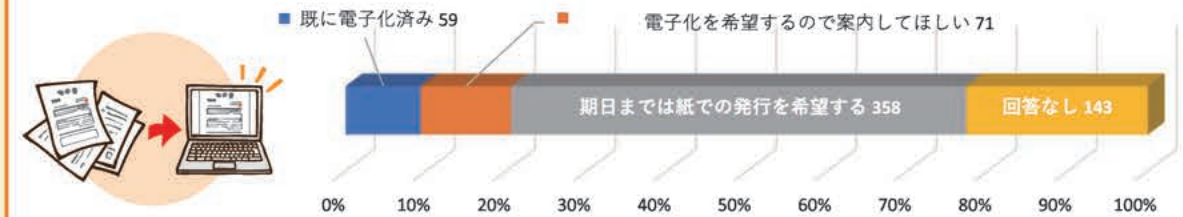
スタッフの対応



集荷サービス



請求書電子化移行について



【弊社が他社に比べて特に優れていると思う点】

- きめ細かいサービスとコミュニケーションの取りやすさ、接遇の良さ
- 電話対応が丁寧な点、いろいろな要望に対し対応が素早い点、結果報告が早い点
- 免疫染色の標本作成が早い、病理の結果が早い
- 臨機応変に融通がきくところ

【今後、弊社に期待することやご提案】

- 定期的な勉強会の実施
- 外注検査の結果を早める。特に急性疾患や感染症関連
- 腫瘍マーカーなどの結果も早く出していきたい

【その他、ご意見・ご要望等】

- 集荷時間の引継ぎなど、前任の担当者様からの変更後細かい部分などお互い連携がうまくいかずミスがありました
- 請求書電子化への対応は可及的に避けていただきたい
- FAXがもう少しスムーズに届いたら非常にありがたいです
- 検査案内の充実、特に保険請求が可能な稀な検査についても適応、注意点などわかりやすくお伝えください
- 新しい検査売り込みが他センターと比較して少ない。頑張ってください。

その他、感謝のお言葉、貴重なご意見を多数頂戴することができました。頂戴したご意見を参考に、お客様のご期待にそえるサービスを提供できるよう、今後より一層精励する所存でございます。

★アンケートへのご協力ありがとうございました。今後ともご愛顧賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

Q&A

私たちが **ズバリ** 为您解答します

Q1. ハウスダスト1、ハウスダスト2の違いは何ですか？

A. アレルギー検査の特異的IgE・ハウスダスト1およびハウスダスト2は検査試薬の原料を製造している会社が異なります。そのため、含まれるアレルゲンの種類と量がわずかに異なります。この二つの検査はどちらも感度に差はなく、両者の相関も取れています。よって、ハウスダスト1陽性の人のほとんどがハウスダスト2も陽性となりますが、まれにどちらか一方だけが陽性となる場合もあります。結局「どちらをした方がよいのかな？」ということになるかと思いますが、答えはありません… View39にハウスダスト1が含まれていることもあり、ご依頼いただく件数としては「ハウスダスト1」の方が多いです。

ハウスダストとは、室内にある、1mm以下のホコリやチリの総称です。具体的には、人やペットの皮膚やフケ、カビや繊維のクズ、髪の毛、ダニの糞や死骸など様々なものが含まれます。ちなみに、日本でアレルギーなどに人に害を及ぼすダニで室内に一番多く存在しているのは、人を刺すことはない「ヤケヒョウヒダニ」「コナヒョウヒダニ」で「チリダニ」とも呼ばれています。このハウスダストの検査はこれらがミックスされています。



冬は、屋内で過ごす時間が長くなり、窓やドアを締めて換気が悪くなります。さらに、冬の室内の空気は乾燥しがちであるため、皮膚や呼吸器の膜も乾燥し、刺激やダメージに弱くなり、ハウスダストの影響を受けやすくなります。



春にくしゃみが続けば「花粉症かな？」と思うかもしれませんが、ハウスダストは通年を通じて発生します。また、アレルギー症状は人によって様々です。検査によって、アレルギーの原因がわかれば、自分でたてられる対策もありますので、一度検査を受けてみるのも良いかもしれませんね。

プロスタグランジンE主要代謝物キット 体外診断用医薬品

ルミパルスプレスト® PGE-MUM



特長



潰瘍性大腸炎の病態把握に有用
炎症に関する脂質メディエーターであるプロスタグランジンEの主要代謝物を測定することで潰瘍性大腸炎の病態把握の補助的手段として使用可能



尿検体を使用
採取が容易で侵襲性が低い尿検体で測定



良好な検体安定性
常温でも5日間安定で検体の取り扱いが容易

潰瘍性大腸炎の病態把握に有用

- 使用目的：尿中のプロスタグランジンE主要代謝物の測定（潰瘍性大腸炎の病態把握の補助）

<診療報酬> 保険点数：187点

算定留意事項

D001 尿中特殊物質定性定量検査

(11) プロスタグランジンE主要代謝物(尿)

(ア) プロスタグランジンE主要代謝物(尿)は、潰瘍性大腸炎の患者の病態把握の補助を目的として、尿を検体とし、CLEIA法により測定した場合は、本区分の「8」アルブミン定量(尿)及び区分番号「D013」肝炎ウイルス関連検査「3」HBs抗原、HBs抗体を合算した所定点数を準用して3月に1回を限度として算定できる。ただし、医学的な必要性から、本検査を1月に1回行う場合には、その詳細な理由及び検査結果を診療録及び診療報酬明細書の摘要欄に記載する。

(イ) 潰瘍性大腸炎の病態把握を目的として、区分番号「D003」糞便検査の「9」カルプロテクチン(糞便)、区分番号「D007」血液化学検査の「57」ロイシンリッチα2グリコプロテイン又は区分番号「D313」大腸内視鏡検査を同一月中に併せて行った場合は、主たるもののみ算定する。

(保医発1228第3号令和5年12月28日「診療報酬の算定方法の一部改正に伴う実施上の留意事項について」の一部改正について)より

尿検体を使用

- 検体が尿のため侵襲性がなく採取が容易
- 尿検体により検査室の負担軽減
抽出作業が不要で取り扱いが簡便で、事前に採取も可能
- 検体採取のタイミングに制限はない

日内変動

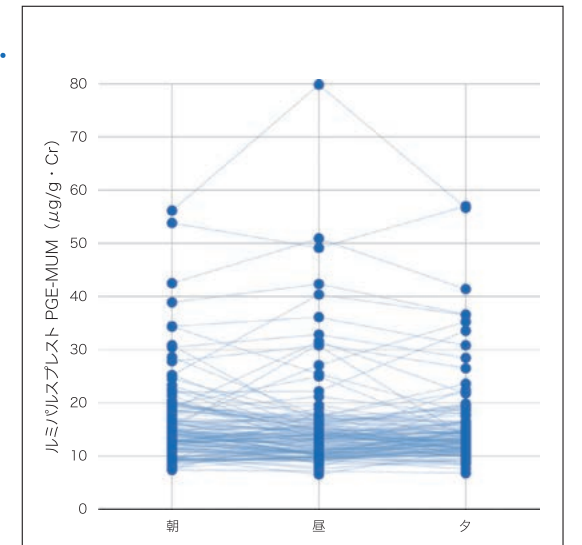
健康診断受診者136例の随時尿を朝（健康診断時に提出）、昼（午後0～1時）、夕（午後4～5時）の3回採取し測定した結果、朝、昼、夕のPGE-MUM値の95%信頼区間は、以下のようになりました。

朝: 8.17～39.40 μg/g・Cr、
昼: 8.09～43.17 μg/g・Cr、
夕: 8.56～37.21 μg/g・Crとなりました。

一標本Wilcoxon検定による各群間の比較では、朝-昼：P<0.05、朝-夕：P=0.053、昼-夕：P=0.459となり、朝-昼間でのみ統計的有意差が認められました。朝のPGE-MUM測定値に対する昼および夜の測定値の変動率を算出したところ（朝の変動率を1とした）、昼の中央値および変動幅は0.969および0.522～2.026、夕は0.967および0.398～2.169であり、特定の傾向はみられませんでした。

※下剤の投与やNSAIDsの投与、喫煙（肺の炎症）状況により、PGE-MUMの値は影響を受けると考えられています。結果を解釈する際にはこれらの背景を考慮する必要があります。

(引用：有廣誠二他、潰瘍性大腸炎のモニタリングに適した迅速尿検査: PGE-MUM, 医学と薬学, 77: 403-414, 2020.)



承認時評価資料

良好な検体安定性

- 検体は25℃に保存した場合は5日間、2～10℃に保存した場合は1ヵ月間、-20℃以下に保存した場合は7ヵ月間安定（本試験では防腐剤未添加の尿検体を使用）

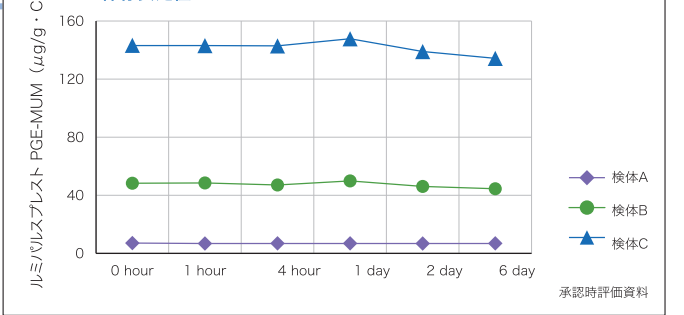
※可能な限り新鮮な検体を用いてください。

※蓄尿を検体とする場合、蓄尿剤としてキシレン、トルエンおよびアジ化ナトリウムが使用できます。

製造販売承認番号: 30400EZ00038000

※「ルミパルスプレスト」は富士レビオ株式会社の登録商標です。

25℃保存安定性



承認時評価資料



製造販売元

富士レビオ株式会社

【問い合わせ先】お客様コールセンター
0120-292-832

今年度も学会のシーズンがやってきました各種学会にて発表を行いました。

日本医療検査科学会 第56回大会

会場：パシフィコ横浜 会期：2024年10月4日(金)～6日(日)

AIA-CL300導入による基礎的検討

中央検査室 平松 聖史

【はじめに】

今回、新規開業クリニックが院内検査目的でAIA-CL300を購入しそれに伴い当社使用機器との比較検討を行い、クリニックで看護師が問題なく使用できるかの検証を行いましたので報告します。

【まとめ】

検査は簡便で問題無く実施できるが、一部機器保守については検査技師では普通であることが看護師の方には難しい事が多くあり考えさせられた。できるだけ全ての操作が簡便にできるよう工夫し案内した。クリニックでは満足して使用していただくことができた。今後はこの経験を活かして業務に取り組んでいきたい。



第63回日本臨床細胞学会 秋季大会

会場：幕張メッセ 国際会議場・東京ベイ幕張ホール 会期：2024年11月16日(土)～17日(日)

免疫組織化学染色を用いたASC-Hの再検討

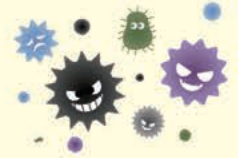
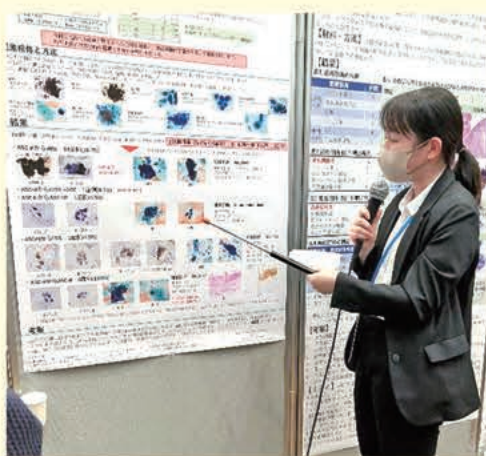
病理検査室 城田 祐希

【はじめに】

ベセスダシステムにおいてASC-HはHISLを除外できない異型扁平上皮細胞であり、未熟化生細胞など良性反応性変化と鑑別が必要な場合があります。今回当施設でASC-Hと判定された症例を対象に、免疫組織化学染色を用いて良性反応性変化と扁平上皮内病変(SIL)を鑑別できないか検討したので報告します。

【結語】

ASC-H 21症例において免疫組織化学染色を行うことにより細胞診でSILと判定出来た症例は、16症例(76.2%)であった。ASC-H判定で鑑別が困難な症例において免疫組織化学染色を用いた再検討は有用であると考えます。



第63回日臨技近畿支部医学検査学会 第43回日本衛生検査所協会近畿支部学術研究発表会

会場：大阪府立国際会議場(グランキューブ大阪) 会期：2024年11月3日(日)～4日(月)

ISEキャリブレータ(液状)の当施設での使用方法の検討

神戸西支所 西本 里菜

【はじめに】

日立ISEキャリブレータ(液状)の使用法について検討することは校正操作を簡便にできる点、試薬の廃棄量を減らしコスト削減をする点で重要となります。校正に必要な試薬量および使用期限について検討したので報告します。

【まとめ】

逐一試薬量を正確に測り取らなくてもディスプレイを用いることで操作を簡略化できる。これにより、さらなる業務の効率化を図ることが期待できます。そして、使用期限の2日を過ぎても使えることが示されたため、試薬の廃棄量を減らせ、コスト削減に繋がります。



凝固検体の保存条件によるデータへの影響

中央検査室 森川 貴道

【目的】

凝固検査は、採血から検査までの時間が重要となる。本来であれば血漿を分離し凍結保存するが、クリニックでは遠心機も持っておらず凍結保存する事が難しい状態です。

今回、検査までの凝固検査のデータが冷蔵保存と常温保存でどのようなデータ変化があるかPT検査について検証を行ったので報告します。

【まとめ】

今回のPTの検討結果から、12時間値以降からは常温保存の検体で大きな変動が認められた。また、冷蔵検体においても24時間値はほぼ全ての検体で変動がみられました。

このことから、採血後に測定までに時間を要する場合は冷蔵にて保管し、できる限り12時間以内に検査する必要があると考えるが、他の検査項目についても検討し判断したいと思います。



2024年 聞いて聞いて私の発表会

2024年12月15日(日) ホテル日航姫路3F真珠の間にて
2024年度のQC報告を発表する会を行いました。

●ランチ検査室の業務改善報告

ランチ検査室 田中 さやか

コスト削減、業務の効率化、本社への業務負担が軽減出来ることはないかとの思いで、見直しと改善を行った。



●食品検査分注業務問題

食品衛生管理MEL 滝口 倅平

食品衛生検査MELの食品検査業務は、受付-採取-分注-混釈-培養-判定-報告の流れで行っている。その中で依頼数が多い一般生菌数は4段階の希釈(×10、×10²、×10³、×10⁴)で測定しているが、整合性がとれないデータが散見されたため再検数が増えた。この問題を解決するため採取-分注-混釈にフォーカスを当て分析を行った。



●免疫染色業務の運用見直しについて

病理検査室 城田 祐希

免疫染色の依頼件数は増加傾向にあり、報告日数の遅延や人員の負担が大きくなっているのが現状である。今回、免疫染色の業務改善を行ったので報告する。



●神戸支所の検査室の今後

神戸東支所 検査部 寶田 竜弥

長年勤務していた中里係長が退職したため、神戸西支所は入社から3年目以下の社員とパート職員での体制となる。またベテランの嘱託職員1名が3月末で退職されることが決まり、今後の神戸支所の体制について検討したので報告する。



●RPA(自動化技術)による業務作業効率化の取組み

本社営業部・総務部・システム開発室

RPA(Robotic Process Automation)はソフトウェアロボットを使用して、人間の操作を模範し、データの入力や処理、転送などの作業を自動化する。これにより、繰り返し行われる業務作業を効率化していき、ヒューマンエラーを減らし、少しでも社員の作業効率を向上していこうと考えた。



令和6年 兵庫県臨床検査研究所 忘年会

ホテル日航姫路3F光琳の間にて
発表会の後、毎年恒例の忘年会を開催しました。



多くの社員、パートの方に参加いただきました。豪華な景品が当たるビンゴゲームで盛り上がりました。

今年1年間お疲れ様でした！来年もより良い年になることを願っています。

米国医療視察 in 社長日記

医療提供をリードする米国の状況を知るために、シカゴや、サンノゼ、ロサンゼルスにある医療機関（検査室）等を視察しました。その中で、スタンフォードメディカルセンター（病院）やアセントラボ（検査センター）、DXイノベーション企業の一つであるGoogle本社の3つを紹介させていただきます。

Stanford Medical Center



1911年設立、特に循環器・脳神経・臓器移植・癌などの領域で優れた実績を持つ世界的な有名な病院
2023年にはUS NEWSによってカリフォルニア州で3番目に優れた病院（アメリカ国内で10番目）病床数600床
医師・医療スタッフ数：2,300人 年間外来患者数：約125万人

Ascend Lab



2000年にシリコンバレーでいくつかのデスクトップアナライザー、車1台分のガレージ以下のスペースで設立。
規模を拡大させ、2022年には100,000平方フィート（約9300m²）の最先端施設をオープンし現在は全米で最大規模の臨床検査ラボであり1日1ミリオンのテスト数を誇る。全て自動化搬送ライン（Inpecoの一本搬送）
腎臓病の検査を中心に受託しており2500以上のクリニックに対してサービスを提供

その他医療視察

- ・Mackesson 社物流センター
- ・Center for Learning Sysmex America
- ・Cedars Sinai Medical Center
- ・Ronald Reagan UCLA Medical Center



Google本社 (Google Plex)



Google Plexは、カリフォルニア州マウンテンビューにある本社の愛称。広大な敷地の中に、オフィスの他、公園、世界の料理を提供する無料の社員食堂、カラフルな専用自転車、グッズ販売、フィットネスジムなども完備されており、屋根には9,212枚のシャープ製の太陽電池が設計されており建物が必要とする電力の約40%をまかなっている。



アンドロイド君

Googleヘルスケアライフサイエンス領域における取組み

AIを活用した健康管理ツールを開発し、健康情報の理解を深め、人々の健康増進を支援することで、より良い成果を達成しケアへのアクセスを向上させることを目指している。重要分野は、がん（AI支援によるがん診断、個別化、患者支援）に注力、心臓血管疾患、感染症等）AI支援診断として、医療画像、ゲノミクス等の分野で診断の精度と速度を向上させるために、AIアルゴリズムを使用、複雑な医療課題に対処するために、パートナーシップの力を強く大事にしている。

データの相互運用性と標準化に取り組んでいます。FHIRなどの標準規格を採用し、異なる医療データ形式を安全でHIPPA準拠のストアに統合。またデータの相互運用を実現することで医療機関全体でのシームレスなデータ共有を促進している。

考え方

Googleで活用している10X（テンエックス）：10%の目標ではなく10倍の価値の成果を出す。



ヘルス&ビューティーフェスタ2024 in 姫路に参加しました!!



12月8日(土)・12月9日(日)「アクリエひめじ」にて「ヘルス&ビューティーフェスタ2024in姫路」が開催されました。コスメや医療、飲食など約100社がブースやコーナーを出展。美と健康の両面から多彩なコンテンツを体験出来る人気イベントです。

有名メーカーやブランドが大集結!お得に商品が買えたり、相談・体験コーナーでは頭髮診断や肌診断・肌水分測定など、さまざまな機器を使って美容・健康状態をチェック。

ステージイベントでは、姫路市保健所による講演会やジャグリング大道芸と姫路市内の高等学校の音楽部が会場を盛り上げました♪



同時開催!!

健康体験・生活相談 JEP

- 体力測定会
- 宅配弁当の試食会
- 健康相談ブース
- 個別体験コーナー
- マインパークの相談ブース

ステージイベント

- 姫路市立 姫路小学校 金堂バンド
- 姫路市立 姫路高等学校 吹奏楽部
- ジャグラー小次郎

会場：姫路市

グルメ屋台コーナー

地元姫路のご当地グルメも並びました。



当社も昨年に続きブースを出展!!



今回は、仕事や家庭の事情で医療機関に行く時間がなく、定期検査を受けられてない方向けに郵送検査キットをご案内、ご自身の健康状態を意識していただくことを目的としました。私たちの提供する検査キットが、医療機関への受診につながり病気の早期発見と治療の一助となることを願っています。

今回のフェスタでも普段経験できないような体験やご意見を聞くことができました。

この経験を活かし、地域の皆様の健康と医療に貢献できるように関係者一同頑張っております。



当方 vol.62 見聞録 MASA

あけましておめでとうございます。昨年は、人の世も自然も異常すくめで何とも落ち着かない一年でしたが、今年こそは平穏無事、大谷昇平の活躍だけがニュースに流れる一年でありますよう心よりご祈念申し上げます。

混沌とした現代社会の中、めまぐるしく移行行く時代を生きた証として小市民が見聞させた事象をお伝えしているのが「当方見聞録」です。

今回は、SDGs継続可能な取り組み、自給自足を実践する我が畑事情を中心に記事をお届けします。

まずは、この時期定番となっている、韓国キジャンのカニ事情から書いていこう。



日本円でキロ7000円、昨年は5000円まで値切ったが今年は失敗した。それでもこの大きなカニが3枚で2万円まで交渉。いつもの豪華なおまけの料理

付きで娘夫婦や孫も大満足の様子だった。



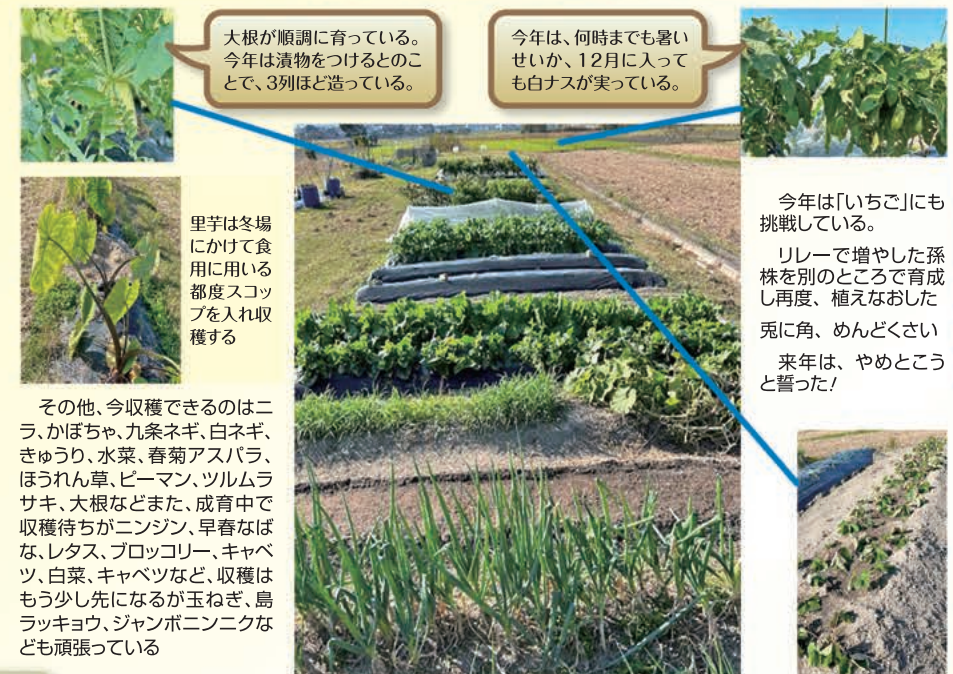
何時もの、おまけの豪華料理。アワビの刺身など高級食材にびっくり!

カニみそチャーハンには別料金だが満足度アップにオススメ

因みに、今回は、利便性の高い西面ロッテデパートの北側に位置するクインズリッチというラブホテルを改装して営業している安宿を予約した。部屋は広いが、風呂がシースルーで妙に懐かしく孫二人は大はしゃぎで、いいか悪いのか、なんと朝食はエッグドロップ、朝から長蛇の列で、予約してから番号が表示されるまで外で待っている人も多かった。



釜山のチャガルチ市場からタクシーで10分、松島海上ロープウェイ。眺望最高(^_-) ☆



大根が順調に育っている。今年は漬物をつけることで、3列ほど造っている。

今年は、何時までも暑いせいか、12月に入っても白ナスが実っている。

里芋は冬場にかけて食用に用いる都度スコップを入れ収穫する

今年は「いちご」にも挑戦している。リレーで増やした孫株を別のところで育成し再度、植えなおした畝に角、めんどくさい。来年は、やめとこうと誓った!

その他、今収穫できるのはニラ、かぼちゃ、九条ネギ、白ネギ、きゅうり、水菜、春菊アスパラ、ほうれん草、ピーマン、ツルムラサキ、大根などまた、成育中で収穫待ちがニンジン、早春なばな、レタス、ブロッコリー、キャベツ、白菜、キャベツなど、収穫はもう少し先になるが玉ねぎ、島ラッキョウ、ジャンボニンニクなども頑張っている



右の列から、スナックエンドウ、きぬさや、グリーンピースの順で畝を作った。

この畑は吹き曝しで風が強い為風よけに板で囲み、霜対策に麦わら帽子をかぶせこの冬を乗り切る。

畑は上写真の左奥に位置し一般のグループとは少し離れた自然薯の横に耕作している。



緊急用の保存食に吊るし柿を作っている。



自然薯を5株植えたが、今年はむかごがたくさん採れそうだ!

毎年この時期、淡路に玉ねぎの苗を買いに行くのだが、思わぬ収穫があったので報告する。淡路島の農家レストラン、おしゃれで中は広く料理は思った以上に美味でした。



編集後記

寒くなると鍋物が恋しくなる。畑の手入れに奔走する毎日でも、具材の殆どを自分の畑で収穫できるのがいい。穴だらけで形も不揃いだが無農薬も保証付きだ。肥料も果物の皮や野菜、刈り取った草などを土中に埋めた有機肥料を使っている。これぞSDGsの実践ではないだろうか。それにしても、晴耕雨読の日々を送りながらも、時に観光を楽しめる。最高の境遇に感謝だ。この季節は毎年、韓国釜山にカニを食べに行く。円安でカニも高値味だが国内に比べると激安だ。話は変わるが、上の写真で紹介した淡路の農家レストランは、ニジゲンのモリの少し先に位置しており、食材も新鮮で味も最高、近場でも非日常が味わえるので、プチ旅行にお勧めする。

Legacy編集長MASA

ちょっといい旅「愛知・グルメ編」

紹介したいところが多すぎて1回では納まりきらないので前編・後編でご紹介します。

前編はグルメ編!

庶務課：八瀬

COCORO CAFE

一宮市といえばモーニング。毎年モー1(ワン)グランプリも開催されておりここは2011・2012と金賞を受賞しています。オススメはビーフシチューで、パンでできた器で提供されるので器まで食べられます。モーニングとはいながらも提供時間はなんと14:00までなので寝坊してしまっても大丈夫です!



とんかつ気晴亭

昭和20年創業の老舗のとんかつ屋さんです。名古屋の新名物!の「とんとんまぶし」は桶いっぱい甘辛く煮込んだ薄切り豚がのっています。薬味やお出汁がついていてひつまぶしのように楽しめる内容になっています。

気晴亭オリジナルのオイルとんかつは揚げずに焼いてあるためしっとりしていて脂っこくなくとても食べやすかったです。大きなエビフライをしゃちほこにみたてた「しゃちほこ丼」もオススメです。

ちなみに要予約ではありますが約4人前のでしゃちほこ丼というデカ盛りもあります。



めん処 吉野屋

路地にひっそりとあるうどん屋さんでよくメディアで紹介されている人気店です。実はこのお店、中盛は麺だけでなんと2キロ!大盛は3キロ、少し小さめの1.2盛でも麺は1キロあります。もちろんデカ盛りばかりではなく並盛や少なめも出るのでご安心を。お昼頃には行列で、残念ながらきしめんが直前で売切れてしまったので鍋焼きうどんにしましたが、だしがしっかりきいていて「これなら1キロくらい食べられるのでは?」と思うくらい美味しかったです。



おかげ庵

コメダ珈琲が名古屋を中心に展開する和喫茶です。名物は自分で焼くお団子で、好みの焼き加減でお団子や五平餅などが楽しめます。飲み物もお抹茶やグリーンティー、きなこオーレ、 vari 種の抹茶ソーダなどがあり「カフェ」というより「喫茶店」が似合うお店です。もちろんモーニングもあり、おにぎりやお茶漬けなど朝食を食べたい方にオススメです。こちらは11:00までなので早起き必須!



ヒルトン名古屋

季節のアフタヌーンティーやスイーツbuffeなどを楽しめます。アフタヌーンティーフェなどを楽しめます。アフタヌーンティーは季節のテーマに沿った見た目も楽しい内容になっています。紅茶も種類が多く大満足なアフタヌーンティーで毎の時期だったのでもう一つの内容でした。土は砕いたクッキーとゴマで表現してあり、隅々までお菓子でできていて驚きました!スイーツbuffeも季節によって様々なテーマで開催されていてスヌーピーコラボの時にきましたが、ケーキなどのスイーツが可愛いのもさることながら会場の飾りつけが一面スヌーピーで開始時間前には写真を撮る人の列が出来ているほどでした。



スパゲティハウス チャオ

チャオでは熟成させた風味豊かなソースを使用し子どもも食べられる優しい辛さに仕上げているので辛いのが苦手な方でもおいしく食べることができます。トッピング・サイズも豊富で毎回どれにしようか迷ってしまうほどです。あつあつの鉄板で提供される太麺ナポリタンもオススメです!

