



# 西村クリニック便り 第21号

四條畷 西村クリニック

検索



ホームページは  
スマホでも観れます☆

発行元

四條畷市楠公1-14-6

西村クリニック

072-862-3001

私は休日など時間を見つけては、田舎へ帰って、米や野菜作りをしております。その時に活用しているものにEM菌というものがあります。

EMとはEffective Microorganisms(有用微生物群)の略で、光合成細菌、乳酸菌、酵母菌など私たち人間にとって有用なたくさんの微生物をブレンドミックスしたものであります。

このEM菌を米糠、魚かす、油かすと一緒に混ぜて1~2ヶ月ねかせると、上質の有機推肥ができ、これを用いて土作りをする事で健全な有機野菜を育てております。

以前はEM菌と言っても余り知られておりませんでした。最近では結構使われる様になり、当院に来られている方にも、EM菌を利用して野菜を育てておられる方も何人かおられます。

EM菌はまた希釈してふりかけるだけでも植物は元気になり、ガーデニングにもとても有効で当院のガーデニングでも使用しており、この様にいろんな用途があるため、皆様にもおすすめかと思えます。

さていよいよ9月になり、私の田舎での秋~冬野菜の種まきが本格化しております。白菜、大根、秋じゃがに続き、キャベツ、レタスの定植を行っていきます。

早く鍋をつついて、熱燗でキューとやる季節が来ないかなあ。

院長 西村 章

インフルエンザの予防接種については  
院内にて掲示(ご案内)させていただきます



骨粗しょう症の検査  
予約なしで  
承ります  
受付で  
お申し出ください

全身のリンパの流れ  
を良くします→



ウォーターベット

その他各種最新の  
リハビリ機器を  
取り揃えております

医療事務職員 増員募集

詳細は下記へ直接ご連絡ください

072-862-3001

## 編集後記

新患さんの第一声が

「ホームページ見てきた おもしろいなあ(〇〇)/」や  
「友達に聞いてきた(〇〇)」で診察が始まるのが  
よくよくあります(〇〇)

クリニックですが笑い声に溢れ楽しそうです!

## リンパの流れについて

人間の体は心臓から血管を通して血液が末端へ行きます。末端で毛細血管に到達し栄養や水分やたんぱく質が細胞に供給されます。毛細血管から染み出た液体のうち、水分は主に静脈を通して心臓に戻り、それ以外の免疫成分やアルブミンなどは全身をはりめぐらせているリンパ管を通して心臓に戻ります。リンパ管を流れる液体をリンパ液と言います。この流れが悪くなると体に様々な弊害がでます。

## リンパの流れが良いこと

アルブミンは疲労物質が体に溜まるのを防ぎます。また免疫力をアップさせます。血液が綺麗に流れることと同様にリンパの流れをよくするのはとても重要です。リンパ液に含まれる免疫細胞が体内にスムーズに流れると免疫力も高まり、疲れにくく病気になりにくい体が維持できます。

## 当クリニックのリハビリについて

痛みの緩和や治療はもちろんですが、上記の理由により効果がたいへん期待されます。リンパの流れが悪いと浮腫なども起こります。この流れをよくするためにも当院のリハビリ機が活躍します。医療だけでなくお薬や食事、またリハビリ機を使ってリンパの流れをよくするなど色々な方向から皆様の健康をサポートさせていただけたら幸いです。興味のある方はお気軽に院長までご相談ください。