

輝く人

豊橋で今、輝いている人を
リレー形式で紹介します。

スポーツ愛好家

鈴木元止さん(86)

身体が健康な内は
スポーツを続けたいです。



昔から身体を動かすことが好きで、
今でも毎週末ゴルフの練習に励む鈴木さん。
歳を重ねても仲間づくりや健康維持のためにスポーツを続ける姿勢は周りに刺激を与えています。

問合せ 広報広聴課(☎51・2165)

佐原市長の なるほど!

発見



問合せ 秘書課(☎51・2005)

浜名湖大橋から見る表浜はすごい!

冬になると気温と湿度が下がり、見通しを悪くする空気中の水蒸気が大幅に減ることで、遠くの景色がとても良く見えるようになります。そんな冬だからこそ見える特別な風景のお話です。

平成25年11月1日号に掲載した「富士山が見える」で書きたかったビューポイントがあります。それは浜名湖大橋です。書けなかった理由は、たくさんの車が富士山を見ようとして大橋の真ん中で停まってしまうと、とても危険だからです。でも、やっぱりというか、あえて浜名湖大橋の真ん中から見える景色を紹介したいと思います。しかし、今回紹介する景色は、上り車線から見える富士山とは正反対、下り車線から左前方に見える景色です。

目を凝らして見ていると、延々と

50km余りにわたって続く、片浜十三里と呼ばれる日本一の砂浜が目に見え込んできます。この雄大な景色は、美しく続く砂浜だけではなく、砂浜に打ち寄せる太平洋の大波、その波が作り出す霧のような潮煙、そして砂浜の背後にそそり立つ海食崖とそれを覆う木々の緑によって成り立っています。さらに、運が良ければ、弓のように連なる砂浜の先に伊良湖岬と、その先に神島や志摩半島まで見ることが出来ます。サーファーが喜びそうな大きな波がきれいに整列しているのが見えるのも、表浜=片浜十三里の魅力です。

最後にお願いです。こんなに素晴らしい浜名湖大橋からの景観ですが、ドライバーは決してわき見運転などなさらないようにお願いします。

シェフの味を
お手軽に!

とよはしの食卓

豊橋のホテルで活躍するシェフが、
家庭でできるレシピを紹介します。

ローストチキンのウォールドルフサラダ



鶏がらとタマネギやニンジン
を30分程度煮込めば、
鶏がらスープもできます!

今月の食材



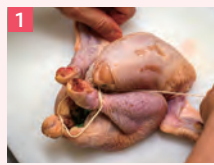
ひな鳥

材料(2人分)

ひな鳥 (鶏もも肉で代用可)	1羽	セロリ	25g
パセリなどのハーブ	適量	塩、こしょう	適量
塩	少々	クルミ	10g
バター	適量	レーズン(湯で戻す)	10g
マヨネーズ	70g	セルフィーユ	適量
プレーンヨーグルト	40g	エディブルフラワー	適量
蜂蜜	5g	ベビーリーフ	適量
リンゴ	50g	粒マスタード	適量

作り方

- ひな鳥の内臓を取り除き、ハーブを入れて、中身が出ないようにたこ糸で足を縛る。塩をまぶし、クリーム状にしたバターを全体に塗る。
- 180℃に予熱したオーブンで1を25分焼き、オーブンから出して15分置く。
- ①を混ぜたソースに、1cm角に切ったリンゴ、セロリを合わせ、塩、こしょうで味を整える。
- さばいた2とベビーリーフを盛り付け、3をかける。②を飾り、粒マスタードを添えて出来上がり。



ホテル アークリッシュ 豊橋
総料理長 今里 武さん

12月の緊急医



- 医師の都合などで一部変更する場合あり
- その他医療機関・診療科などについての問合せ
救急医療情報センター(☎ 63・1133)
- 精神科の緊急問合せ
精神科救急医療情報センター(☎ 052・681・9900) ※24時間受付

内科・小児科

時間 休日/9:00~12:00・13:00~17:00、夜間【毎日】…20:00~翌朝7:00。各30分前に受付終了 ※12/30月、12/31火は休日診療
ところ 休日夜間急病診療所(中野町字中原 ☎ 48・1110) ※混雑時などは早めに終了。23:00以降、1歳未満児は市民病院
愛知県小児救急電話相談 ☎ #8000番または ☎ 052・962・9900(19:00~翌朝8:00)

歯科

時間 休日/10:00~17:00、平日/20:00~23:00。各30分前に受付終了 ※12/30月、12/31火は休日診療
ところ 休日夜間・障害者歯科診療所(中野町字中原 ☎ 39・9177)

外科

時間 ①土曜日/17:00~22:00 ②休日昼間/9:00~17:00 ③休日夜間/17:00~22:00 ④平日/20:00~22:00
ところ ①~③下表、④豊橋医療センター(☎ 62・0301)・成田記念病院(☎ 31・2167)・市民病院(☎ 33・6111) ※①~④の時間外は市民病院のみ

1(日)	昼	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎ 38・1010
	夜	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎ 38・1010
7(土)		岡村クリニック(佐藤2)	☎ 65・4100
8(日)	昼	光生会病院(吾妻町)	☎ 61・3166
	夜	鈴木ひろし整形外科(佐藤5)	☎ 65・1300
14(土)		佐藤脳神経外科(牛川通1)	☎ 69・2760
15(日)	昼	福井脳神経外科(立花町)	☎ 21・7001
	夜	弥生病院(弥生町)	☎ 48・2211
21(土)		殿田橋整形外科(飯村町)	☎ 69・1601

22(日)	昼	はしら整形リハビリクリニック(中橋良町)	☎ 29・8484
	夜	中島脳神経外科(下五井町)	☎ 54・6261
28(土)		花田いしかわクリニック(花田町)	☎ 32・2166
29(日)	昼	東岩田いとうクリニック(東岩田1)	☎ 69・3500
	夜	大岩クリニック(向草間町)	☎ 45・1013
30(月)	昼	岡村クリニック(佐藤2)	☎ 65・4100
	夜	大島整形外科クリニック(東田町字井原)	☎ 62・5511
31(火)	昼	伊藤医院(小池町)	☎ 45・5283
	夜	前川外科内科(東岩田4)	☎ 62・6411

産婦人科

時間 平日/20:00~24:00、休日/8:00~24:00 ※0:00~8:00は市民病院(☎ 33・6111)



1(日)	竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453
2(月)	秋山産婦人科(西幸町)	☎ 48・6116
3(火)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
4(水)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
5(木)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
6(金)	小石マタニティクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・1212
7(土)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
8(日)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・5550
9(月)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
10(火)	井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
11(水)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
12(木)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
13(金)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
14(土)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・5550
15(日)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
16(月)	竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453

17(火)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
18(水)	小石マタニティクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・1212
19(木)	井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
20(金)	パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
21(土)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
22(日)	小石マタニティクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・1212
23(月)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
24(火)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
25(水)	秋山産婦人科(西幸町)	☎ 48・6116
26(木)	井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
27(金)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
28(土)	パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
29(日)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
30(月)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・5550
31(火)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588

耳鼻咽喉科

時間 9:00~17:00 ※左記時間帯以外は市民病院(☎ 33・6111)



1(日)	井澤医院(東新町)	☎ 55・8936
8(日)	芳賀耳鼻咽喉科医院(西岩田1)	☎ 63・1030
15(日)	木下耳鼻咽喉科(飯村北1)	☎ 63・2261
22(日)	吉見耳鼻咽喉科(野依台1)	☎ 25・7688

29(日)	藤原耳鼻咽喉科クリニック(駅前大通1)	☎ 56・1385
30(月)	ハタノ耳鼻咽喉科(上地町)	☎ 63・8733
31(火)	こんどう耳鼻咽喉科(大清水町)	☎ 29・3433

眼科

時間 9:00~17:00 ※左記時間帯以外は市民病院(☎ 33・6111)



1(日)	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎ 38・1010
8(日)	かきはら眼科クリニック(つつじが丘2)	☎ 63・5139
15(日)	弥生病院(弥生町)	☎ 48・2211
22(日)	おおいし眼科(宮下町)	☎ 64・0081

29(日)	はた眼科クリニック(飯村北1)	☎ 64・1777
30(月)	かきはら眼科クリニック(つつじが丘2)	☎ 63・5139
31(火)	成田記念病院(羽根井本町)	☎ 31・2167

柔道整復師

時間 8:00~20:00



1(日)	中山接骨院(向山町)	☎ 62・2419
8(日)	さかうえ接骨院(東郷町)	☎ 61・1681
15(日)	まほろば接骨院(向山台町)	☎ 56・7400

22(日)	小松接骨院(小松町)	☎ 39・8688
29(日)	岡田接骨院(下地町)	☎ 75・9787