



院長

## ぎっくり腰

### ▼ぎっくり腰とは？

重いものを持った際、突然、腰に激痛が走り動けなくなる…いわゆる「ぎっくり腰」ですね。正式には急性腰痛と呼びます。

私の知り合いなんか、変な体制でくしゃみをして「ぎっくり腰」を患ったとのこと。結構いろんな要因があるようです。

この「ぎっくり腰」ですが、身体の中で何が

起こっているのかは、実は未だ説明されていません。

### ▼魔女の一撃！

「ぎっくり腰」はドイツ語で「Hexenschuss」(ヘキセンシユス)となりま

す。直訳すると「魔女の一撃」。わかる〜！あの痛みは何とも言えない、ホント魔法のよう

### ▼呪文

ゲームの「ドラゴンクエスト(略してドラクエ)」好きなんです

### ▼治療法？

「ぎっくり腰」になったら、動ける範囲で、できるだけ早く治ります。足が痺れるとか、動きにくいとか、5日経っても全く良くならないなら、MRIを撮ってもらい



## 『美味しいおさかな紹介』

### ▼レンコ？連子鯛？



レンコ鯛と黄鯛(キダイ)

真鯛、血鯛、連子鯛。魚屋さんで買えるタイ

「〇〇タイ」っていう魚はたくさんありますが、「これぞ鯛」っていう見た目。

連子鯛の名前由来ですが、漁師の方々から、漁の際、連続して仕掛



スパイス「ふ〜塩」

### さて、今回も「ふ〜塩」

で味付けをし…ってこの「ふ〜塩」ですが、何

話に戻して…どんな料理にしようかと考えていたところ、時代劇で

徳川家康が「素晴らしい鯛じゃ。天ぷらに致せ」と言っていたので、天ぷらに致した。ほくほくして、美味しくいただきました。



「ふ〜塩」で味付け♪



天ぷら完成！ホクホクしてうまいでござる

## 【中馬病院周辺グルメ】

### 中華料理 「西安曹家餃子坊」



「冷やし担々麺とエビマヨ」ランチ！このボリューム！

### ▼阪神尼崎の町中華！メニュー多彩！

阪神尼崎駅から商店街へ入り徒歩5分到着する「西安曹家餃子坊」。お勧めは中国西安出身の店長が作る餃子はもちろんのこと、それ以外に豊富なメニューが魅力。特にランチはパリエーションが多彩なんです！今回は冷やし担々麺とエビマヨのランチを頂きました。

「うまい！安い！ボリューム満点！」

三拍子そろってます！是非、お試しください。

「西安曹家餃子坊」

尼崎市神田中通3-33

中森ビル2階

営業時間

11時00分〜22時00分

ご予約・お問い合わせ

06-6414-3239

定休日 無し

