



たけおクリニック通信

院長 竹尾浩紀からご挨拶



2月になりました。

今年は東京でも雪がよく降っています。

さて、インフルエンザのA型は終わりましたが、次はB型に注意が必要です。多くの場合、A型の流行終了後にB型が広がり始めます。B型の症状の特徴は、だるさ・筋肉痛・関節痛・鼻水・せき・のどの痛みはA型と同じです。いったん熱が下がってからまた高熱になること（再発熱 v）が多いので、注意が必要です。また、お子さんの場合には嘔吐・腹痛・下痢となってもあらわれることがあります。

また、花粉症が始まります。スギ花粉が飛ぶ量は湿度と累積の日照時間に大きく関係します。ですから「寒い、寒い」と言っている間、いつの間にかその日がやってきます。テレビ等の花粉症情報への注意が必要となります。通常2月中旬から発散量は増加します。

節分を超えても、まだまだ寒い日が続きます。体調に注意され無理なくお過ごしください。

みなさん知ってました？

身長不思議



身長とは、人間が直立したときの床又は地面から頭頂までの高さをいいます。この身長は、一日の中で平均身長の男性で2cm程度の変化があります。この誤差は、起床時は椎間板が水分を十分に含んでいます。夜寝る前には自重などにより圧迫されかなりの水分を放出するため、といわれています。

世界的には、アフリカのサラ族の平均身長（181.7cm）が最も高いことが知られています。日本の歴史から見てみると、縄文時代は156～160cm、古墳時代は165cm、江戸時代は157cmと変遷し、平成の現在は170cmを超えています。

では、自分は何センチになるの？この質問に答えられる個人身長の推測計算法というものがあります。

男性→ (両親の身長合計 + 13) / 2

女性→ (両親の身長合計 - 13) / 2

誤差→ ± 9cm以内



計算してみてください。多くの方が当てはまるそうです。私は合っていました★

無料健康教室のお知らせ

「初心者のための糖尿病教室」

日時： 毎月第2木曜日 13:30～
(次回予定日：平成25年 2月14日)

「相談室～大切な誰かが糖尿病と言われたら～」

日時： 毎月第3火曜日 13:30～
(次回予定日：平成25年 2月19日)

バレンタインデー特集

LOVE

おもしろ切ないバレンタイン川柳

- ・タイミング 逃しやり場に 困るチョコ
- ・父にチョコ くれて娘は まだ独り
- ・チョコもらい 離婚ないなど ほっとする
- ・バレンタイン 息子のカバンを そっとあけ
- ・小さいが 愛の詰まった チョコに泣き



ありがとう



最後までお読みいただきありがとうございました。これからも発刊を頑張りますので、どうぞよろしくお願ひ致します。第21号もお楽しみに！

2013年2月発行 第20号

たけおクリニック 院長 竹尾 浩紀
〒154-0004 東京都世田谷区太子堂 4-22-7 森住ビル 3F
TEL: 03-5433-3255 FAX: 03-5433-3256
HP: <http://www.takeo-clinic.com/>

