



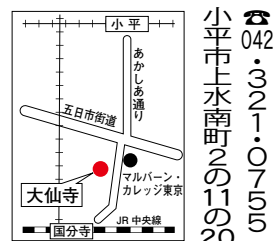
松原 清二 医師
在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長
総合内科専門医・循環器内科医
・日本循環器学会専門医
・日本内科学会認定医
・認知症専門医
・認知症サポート医

徐脈について
ここ数年、患者さんの脈が少ないこと(徐脈)を心配して、問い合わせが来る場合があります。人間の心拍は1分間に60から100回程度の心拍が規則的で、50回以下だと洞不全症候群が疑われる。そのポンプから送り出される血液の1分間の総量は1回の心拍出量×心拍数で決まります。徐脈になれば、心臓が代償性に過剰収縮し、心拍出量が増え、1分間の心拍出量は保たれます。ところが、それが破綻した場合、つまり1分間の心拍出量が減った場合、脳に行く血流が少なくなり、目の前が暗くなったり、意識を無くして転倒をしたり、また入浴やハビリでの運動負荷がかかったときに、十分必要とされている心拍数まで徐脈から改善せず、息切れや浮腫などが出現することになった症状が出現することがあります。この場合は、み術を病院に紹介することになります。

【まつばらホームクリニック】
☎042-439-1250
matsubarahomeclinic@gmail.com
西東京市東町 4-14-18-2F
■電話対応:午前9:00~午後6:00
■定休日:土・日・祝(祝日は診療)
■訪問地域:西東京市、東久留米、新座、練馬の一部
【まつばらホームクリニック】検索



明るい雰囲気か評判。江戸末期の浮世絵師・歌川国芳の墓もある
「僧侶もいるので毎日供養してもらえ、お寺なら永続すると信頼できる。境内の明るい雰囲気も気に入りました」と生前予約した一人。



2月の運勢
★星のオキテ
一白水星 周囲は賑やか、仕事も遊びも盛り上がる。詰めをしかり！
二黒土星 やる気が暴走したら「コワイ」変化は凶。従来の道を着実に。
三碧木星 ハイになったり落ち込んだり。争事は禁物。落とし物注意。
四緑木星 動くほどにトラブル多発。不要不急の外出控え、身を守って。
五黄土星 やる気を出す。※詳しい運勢を、本紙ウェブに掲載しています。

【生年表】※生まれ年から、該当する星をお探しください。なお、節分以前の生まれは前年になります。

| | | | | | | | | | | | | |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 一白水星 | 大7 | 昭2 | 昭11 | 昭20 | 昭29 | 昭38 | 昭47 | 昭56 | 平2 | 平11 | 平20 | 平29 |
| 二黒土星 | 昭元 | 昭10 | 昭19 | 昭28 | 昭37 | 昭46 | 昭55 | 平元 | 平10 | 平19 | 平28 | 平37 |
| 三碧木星 | 大14 | 昭9 | 昭18 | 昭27 | 昭36 | 昭45 | 昭54 | 昭63 | 平9 | 平18 | 平27 | 平36 |
| 四緑木星 | 大13 | 昭8 | 昭17 | 昭26 | 昭35 | 昭44 | 昭53 | 昭62 | 平8 | 平17 | 平26 | 平35 |
| 五黄土星 | 大12 | 昭7 | 昭16 | 昭25 | 昭34 | 昭43 | 昭52 | 昭61 | 平7 | 平16 | 平25 | 平34 |
| 六白金星 | 大11 | 昭6 | 昭15 | 昭24 | 昭33 | 昭42 | 昭51 | 昭60 | 平6 | 平15 | 平24 | 平33 |
| 七赤金星 | 大10 | 昭5 | 昭14 | 昭23 | 昭32 | 昭41 | 昭50 | 昭59 | 平5 | 平14 | 平23 | 平32 |
| 八白土星 | 大9 | 昭4 | 昭13 | 昭22 | 昭31 | 昭40 | 昭49 | 昭58 | 平4 | 平13 | 平22 | 平31 |
| 九紫火星 | 大8 | 昭3 | 昭12 | 昭21 | 昭30 | 昭39 | 昭48 | 昭57 | 平3 | 平12 | 平21 | 平30 |



徐脈について

ここ数年、患者さんの脈が少ないこと(徐脈)を心配して、問い合わせが来る場合があります。人間の心拍は1分間に60から100回程度の心拍が規則的で、50回以下だと洞不全症候群が疑われる。そのポンプから送り出される血液の1分間の総量は1回の心拍出量×心拍数で決まります。徐脈になれば、心臓が代償性に過剰収縮し、心拍出量が増え、1分間の心拍出量は保たれます。ところが、それが破綻した場合、つまり1分間の心拍出量が減った場合、脳に行く血流が少なくなり、目の前が暗くなったり、意識を無くして転倒をしたり、また入浴やハビリでの運動負荷がかかったときに、十分必要とされている心拍数まで徐脈から改善せず、息切れや浮腫などが出現することになった症状が出現することがあります。この場合は、み術を病院に紹介することになります。

徐脈について
ここ数年、患者さんの脈が少ないこと(徐脈)を心配して、問い合わせが来る場合があります。人間の心拍は1分間に60から100回程度の心拍が規則的で、50回以下だと洞不全症候群が疑われる。そのポンプから送り出される血液の1分間の総量は1回の心拍出量×心拍数で決まります。徐脈になれば、心臓が代償性に過剰収縮し、心拍出量が増え、1分間の心拍出量は保たれます。ところが、それが破綻した場合、つまり1分間の心拍出量が減った場合、脳に行く血流が少なくなり、目の前が暗くなったり、意識を無くして転倒をしたり、また入浴やハビリでの運動負荷がかかったときに、十分必要とされている心拍数まで徐脈から改善せず、息切れや浮腫などが出現することになった症状が出現することがあります。この場合は、み術を病院に紹介することになります。

徐脈について
ここ数年、患者さんの脈が少ないこと(徐脈)を心配して、問い合わせが来る場合があります。人間の心拍は1分間に60から100回程度の心拍が規則的で、50回以下だと洞不全症候群が疑われる。そのポンプから送り出される血液の1分間の総量は1回の心拍出量×心拍数で決まります。徐脈になれば、心臓が代償性に過剰収縮し、心拍出量が増え、1分間の心拍出量は保たれます。ところが、それが破綻した場合、つまり1分間の心拍出量が減った場合、脳に行く血流が少なくなり、目の前が暗くなったり、意識を無くして転倒をしたり、また入浴やハビリでの運動負荷がかかったときに、十分必要とされている心拍数まで徐脈から改善せず、息切れや浮腫などが出現することになった症状が出現することがあります。この場合は、み術を病院に紹介することになります。

地元のお寺だから安心——
大仙寺の永代供養墓・樹木葬

永代供養ならやっぱりお寺が安心——。小平市にある大仙寺で「やすらぎ」を設け、関心を集めている。開山から400年以上スペースを利用できる樹木葬型墓地「こころ」。

永代供養墓「やすらぎ」
●10万円~
●年会費等一切なし
●彼岸、お盆など手厚い法要
樹木葬型墓地「こころ」
●10~35年で選択可能
●1区画3霊位以上納骨可
●30万円~

70台もの大型駐車場あり。なお、本堂の横には、江戸末期の有名な浮世絵師・歌川国芳の墓もある。利用料など詳細は気軽に電話を。
☎042-321-0755
小平市上水南町2-11の20

アスタの催し

田無駅北口前アスタのセンターコートで、以下催しが開かれる。
「USED BRAND」
「九州南国物産展」
「エアートランポリンでミニレッスン」
「22日(日)」
「21日(土)」

本紙の発行予定 次号は18日(水)に新聞折込で発行します。(編集部)

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)



入館料無料
2026市民感謝デー
3月15日(日)まで館内で「科学漫画 サバイバルシリーズ」コラボしたスタンプリーも行われる。詳細は同館(☎042-469-6100)へ。



在宅療養支援診療所
地域の皆様に安心した医療を提供いたします
☎042-439-1250
http://m-hc.jp
当院は機能強化型在宅療養支援診療所に認可されています。

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

無料個別相談 日程・会場
東久留米市 (いずれも2月)
西部地域センター 7日(土)
スペース105 (市役所向い) 11日(水)
市民プラザ(市役所1階) 15日(日)
東部地域センター 18日(水)
南部地域センター 23日(月)
※いずれも予約制 ※50分無料 ※秘密厳守

準確定申告
そろそろ確定申告の時期ですね。毎年この時期に聞かれるのが、「相続」
は、その所得分の確定申告が必要となります。50分までの無料相談を実施中ですので、お気軽にご相談ください。
(行政書士法人 たいけい事務所)
☎0120-966-954
東久留米市氷川台 1-1-9
9:30~18:00 定休:土・日・祝

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

多摩六都科学館、市民感謝デー
市ごとに入館無料に！
多摩北部の5市によって運営されている多摩六都科学館が、各市ごとに復もある。具体的な日程「市民感謝デー」を開催市は以下の通り。
▼2月15日(日)西東京市・在勤者はその日に限り入館料無料になるも(保谷駅南口と直行バス往復)

遺言・相続
相談
相続のプロが本音で解説

遺言・相続
相談
相続のプロが本音で解説

イベント情報
「春の布石」堀明子個展 水彩画
14日(土)~22日(日) 正午~午後5時
8cho8ma gallery(はっちょうやまギャラリー、西東京市向台町4-17-8)。
介護福祉士の顔も持つ画家の堀明子さんが、風景や食べ物など、日常のふとした光景に目を留めて描いた水彩画、油彩画、アクリル画を多彩に展示する。同園ギャラリー☎042-466-9883、8cho8ma-gallery.jimdofree.com

失語症をもっと知ろう
8日(日) 午後1時30分~、東久留米市スペース105 (市役所前)。
失語症を支援する講座。講師は言語聴覚士の相馬尚美さん。主催は東久留米失語症の会・チャレンジ。園渡辺さん☎042-475-1415

打楽器・体でリズム・表現遊び
11日(木) 午前9時30分~11時10分、小平市大沼公民館。
民族楽器、トーンチャイム演奏、じゃんけん繋がり遊びなど。対象は小学生とその兄弟の5、6歳児。無料。要申込。園音楽と遊ぼう☎042-345-9145

地元の女性3人による絵画作品展
16日(月)~20日(金) 午前10時(16日は正午)~午後5時、東久留米市スペース105 (市役所前)。
東久留米を拠点に20年以上一緒に活動してきた女性3人が、水彩、水彩で、静物、風景、人物画など約30点を展示する。園松田さん☎080-1124-2429

小・中学生 英語暗誦スピーチ大会
3月8日(日) 午後1時30分~4時30分、東久留米市市民プラザ。
小学5年生~中学3年生の参加者募集。登壇希望者は25日(木)までに申込が必要。なお、発表当日は観覧自由。同市市民自主企画講座で、東久留米英語会連盟が企画・運営する。園高見さん☎080-5521-3027

小・中学生 英語暗誦スピーチ大会
3月8日(日) 午後1時30分~4時30分、東久留米市市民プラザ。
小学5年生~中学3年生の参加者募集。登壇希望者は25日(木)までに申込が必要。なお、発表当日は観覧自由。同市市民自主企画講座で、東久留米英語会連盟が企画・運営する。園高見さん☎080-5521-3027

二足歩行ロボ 小学生からの「ロボットプログラミング」
作って、動かそう！
体験教室当日の入会で初月授業料5,000円引きキャンペーン中
春の体験会
☆2/7(土) 田無教室 西東京市南町5-25-14 どんぐり
★2/28(土) ひばりが丘教室 西東京市ひばりが丘3-4-47 ひばりテラス118
☆3/7(土) 田無教室 西東京市南町5-25-14 どんぐり
【共通】対象:新小学1年生~ 料金:1,000円 先着3名迄 ※入会者にはご返金
・10:00-11:00 小1~3
・14:00-15:00 小4~
タウン通信とコラボで動画も撮りました！
ロボットを作って動かそう！
プログラミング教室を覗いてみた！
QRコードから事前にお申し込みください

