

Smart Clinic United

Paper Smart

特集

スマクリ初の1泊2日旅行

「からだ再生の旅in下呂」企画秘話



2026 10

TAKE FREE

なぜばね指になる？
本当の原因とは

スマクリの
健康チャンネル

スマクリTV



指の曲げ伸ばしの際に、引っかかりや痛みが生じ、急に「カクン」と動くことはありませんか？これは「ばね指」と呼ばれる症状かもしれません。
指を動かす腱は、腱鞘というトンネルの中を通っています。
何らかの原因で腱や腱鞘に炎症が起これば、腫れたり通り道が狭くなったりすると、腱の動きが妨げられ、引っかかりが生じます。原因としてよく知られているのは、家事や仕事、スマートフォン・パソコン操作などによる手の使いすぎです。しかし、それだけが原因ではありません。

YouTube



QRコードを
読み込んで
ご視聴ください

更年期などに伴う女性ホルモンの変化、糖尿病、加齢による腱や腱鞘の変化などに関係します。複数の要因が重なる場合もあり、同じばね指でも背景は人によって異なります。放置していると炎症が強くなり、指が曲がったまま伸びにくくなることもあります。「そのうち治る」と我慢せず、痛みや引っかかりが続く場合は、早めに整形外科へご相談ください。原因を知ることが、悪化を防ぎ、自分に合った治療や生活上の工夫につながる第一歩です。
詳しくはスマクリTVで解説しています。ぜひご覧ください。

SMART INFORMATION

スマクリは働く世代を
応援します！



インフルエンザワクチンの接種が始まりました！

今年はインフルエンザの流行が早いと言われています。予防接種を早めに済ませ、冬も元気に過ごしましょう。ご予約はお電話またはレセプションでお願いします。

インフルエンザワクチン ※当院では皮下注射のみ

1回 **2,200円(税込)** 完全予約制

※接種には自治体の助成が利用できる場合があります。詳細はお住まいの自治体にご確認ください。

ご予約 ☎0572-21-1770

発行：多治見スマートクリニック広報（発行日2026年10月1日）

〒507-0015 岐阜県多治見市住吉町7丁目27-27

本誌に掲載されている記事、写真、図表などの著作権は、スマートクリニックまたは著作者に帰属します。無断での複製、転載、翻訳、販売などを禁じます。また、本誌に登場する体験談は、個人の見解に基づくものであり、これをもって一般的な効果や結果が保証されるものではありません。



耳鼻咽喉科の風だより

OTO NEWS

耳鼻咽喉科中川医師が皆さまに送る、耳・鼻・喉のちょっとした話。今回は香りを記憶する脳のしくみについてお話しします。

どこからともなく金木犀の香り

香りと記憶が結びつく脳の仕組み

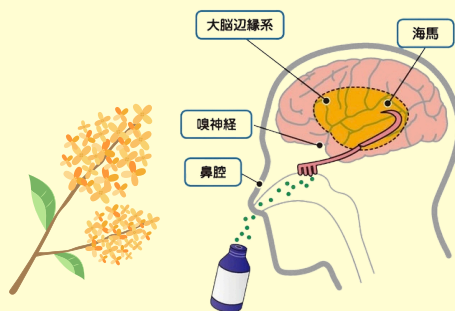
香りと記憶が結びつく理由は脳の仕組み

毎年秋になると、金木犀のいい香りがどこからともなく漂ってきますよね。私は金木犀の香りを嗅ぐと、子供の頃に住んでいた家の庭と当時のことを思い出します。これは過去の記憶が金木犀の香りとリンクしているんですね。

香りと記憶が結びつく。その訳は私たちの脳の仕組みと関係があります。実は、人間の五感の中でも、香りを感じる嗅覚だけが記憶をつかさどる海馬という脳の部位にほぼ直接的に信号を送ることができます。海馬は記憶の保管庫のような役割を持っていますので、匂いを察知するとほぼ同時にその該当するファイルを見つけ出し、その時に感じた喜怒哀楽や好き嫌いの感情までもが呼び起こされるという仕組みです。

匂いのない生活は少しさみしい

嗅覚は太古の昔、危険を察知し命を守るために発達しました。加えて、食事を美味しく頂くために不可欠です。



ウイルス性鼻炎では、たびたび嗅覚障害を生じますが、その多くは改善します。慢性副鼻腔炎に伴う嗅覚障害は、治りにくいことが知られていますが、近年一部の慢性副鼻腔炎に効果のある薬が開発され、効果をあげています。嗅覚障害でお困りの方は、一度耳鼻咽喉科にご相談ください。



中川 佐和子
耳鼻咽喉科院長
多治見市出身
県立多治見北高校卒業
旅行が大好き

治療のその先へー

スマクリ初の1泊2日旅行への想い

スマートクリニックでは、治療を終えたその先の人生をより豊かに楽しんでいただくことを大切にしています。今回は11月3～4日に開催する1泊2日旅行「からだ再生の旅in下呂」の企画秘話を紹介します。



豊田市の旅行会社「トラベルまじえぶと」さんとともに、移動時間や行程、滞在先での過ごし方などを検討し、ゆったり楽しめる旅を計画しました。また、当日は当院のパートナーも同行し、旅行に慣れない方や、治療後初めて遠出をする方にも、不安なことを相談しながらご参加いただける環境を整えています。

今回の旅の目的地は、秋の下呂です。紅葉に彩られた馬籠宿を散策し、下呂温泉でゆっくりと過ごしながらか、景色や旬の味覚を楽しみます。無理なく旅を楽しむことももちろん、クリニックで出会った仲間やパートナーと再会し、一緒に感動を分かち合える旅にしたいと考えています。

「からだ再生の旅in下呂」は、単なる観光旅行ではありません。治療を終えることをゴールにするのではなく、その先にある「歩いてみたい」「出かけてみたい」「もう一度、旅を楽しみたい」という気持ちを応援するための出発点です。これまで旅行を諦めていた方にも、まだ少し自信が持てない方にも、この旅が新しい挑戦への一歩となり、心に残る最高の思い出をつくる機会になることを願っています。

