多古中央病院から

胸部CT検診について

文／多古中央病院　内科　宇都宮隆法

健康診断では肺がんや肺結核を早期に発見するために、胸部レントゲン写真を撮影しています。レントゲン装置は年々機能が向上していますが、胸部の疾患を診断するためにレントゲン写真よりもCTを使う機会が増えてきました。

CTはレントゲンよりも放射線の被ばくが多い弱点がありましたが、近年、医療機器の進化により低い放射線量でも適切な検査結果が得られるようになりました。そこで検診にもCTを使うと、がんの早期発見に大変役に立つことが分かってきました。

現在、検診の項目ではレントゲンしか使われていませんが、試験的にCTで検診を行っている地域では、がんの早期発見により医療費の削減にもなっているようです。将来的にはCTでの検診が標準的に行われるようになるでしょう。

認知症予防

食事をバランスよく取ることは、認知症予防の第一歩です。固いものでもよくかんで食べられますか。認知症の原因となる生活習慣病に対して、食物繊維を多く含む海藻やイモ類は良い影響がありますが、しっかりかむためには、丈夫な歯が必要です。

虫歯や抜けてしまった歯を放置していませんか。かむ力が弱くなっていると、食べるものに偏りができ、かむ回数が減ってしまいます。歯科検診も定期的に受けてみましょう。

【病院便り】

多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっています。それ以降は、医師も検査や手術などで対応できないこともあるため、受診前に、必ず確認の電話をお願いいたします。☎76-2211

文芸コーナー

俳句

遠雷や遠き諍ひよみがへる　北中　鈴木　裕

秋桜何にはしやぎし女学生　多古台　渡部　健

背中の子の帽子に一つ赤とんぼ　南中　木内　慶子

蜩の声拾ひつつ家路かな　成田市　山崎　明子

迷ひ児は母に抱かれて赤とんぼ　水戸　鈴木やすし

鶏頭の庭を色どる朱の炎　成田市　野平婦基子

カナカナの遠くに鳴きて畑仕事　千葉市　内藤　誠

短歌

リハビリの散歩の途中草むらに四葉のクローバーふたつ見つけし　林　高橋　宏子

椅子にかけ予約時間を待ちながらいまは葉桜の水無月の窓　染　井　小川美智子

遠き日に小学校のオルガンに春の小川を弾きし日思う　南並木　飯田ふみ子

馬鈴薯の咲く丘畑を流れゆく雲は初夏の光りを湛へ　南玉造　秋山　裕子

冷や奴に生姜からめて食む昼餉ひとりの食は何とも侘し　大　高　藤井　たか

紫陽花に名高き古刹の境内にバックビートのドラム轟く（正東山日本寺）　南玉造　越川　節子

夏至り黄ばむ梅の実漬けにけり甕には早も梅酢あがりぬ　匝瑳市　須合　英世

多古町生涯学習文化講演会

「我が子が年収８ケタに育つ話 性格相性がわかる話」 参加料無料

心療カウンセラー・メンタルアナライザーという肩書を持ち、テレビのレギュラー番組を複数かかえ、そのなかでも講演会は500回を超える宮内一郎氏を講師に迎えます。豊かな生活を手に入れられる方式など、誰にでも分かりやすく話を届けてくれます。出版書籍も４冊あり、終演後は書籍即売サイン会も開催します。

日時●10月14(日)　午後２時～３時30分(開場は午後１時30分)
場所●コミュニティプラザ文化ホール

講師プロフィール

1955年新潟県生まれ。長い東京暮らしから子育てに最適な環境へと多古町に移住。現在は、96歳と92歳になる両親と沖縄県に在住している。

講師／心療カウンセラー・メンタルアナライザー
宮内　一郎 氏

お問合せ●生涯学習課社会教育係☎76-7811

婚活・結婚支援に興味のある方を大募集！

「婚活支援者育成セミナー」を開催します 参加料無料　全２回

講演・ワークショップ形式で楽しみながら、婚活や結婚支援の基本、実践の手法を学ぶことができます。これまでのセミナー参加者はもちろんのこと、新たなメンバーも大歓迎！

あなたも独身者の方々のサポーターになりませんか？

講師／103kgの恋愛カウンセラー
羽林（はねばやし）　由鶴（ゆず） さん

日　　時●**第１回**／11月４日(日) 午後２時～４時(受付は午後１時30分から)
『今どきの独身者と向き合う上で大事なこと－基本編－』
今どきの独身者心理に触れ、結婚支援の基本を身に付けましょう。

第２回／12月１日(土) 午後２時～４時(受付は午後１時30分から)
『今どきの独身者と向き合う上で大事なこと－応用編－』
実際に結婚支援活動をしている方の悩み・課題を参加者で話し合いながら解決します。

場　　所●多古町魅力発信交流館(魅力発信・交流ホール)　**定　員**●各回30名
申込方法●10月26日(金)までに、住所・氏名・連絡先を電話・FAX・電子メールで受け付けます。
※講師に質問がある方は、事前に質問内容を添えてお申し込みください。
申込み・お問合せ●企画空港政策課地方創生担当課　☎76-5409　FAX 76-7144
info@town.tako.chiba.jp