

大自然の生命力巨樹・古木 (スギ(杉))



太い幹から伸びる数本の枝はまるで巨人の腕のようです。

- ・幹周り 5.2m
- ・樹高 約25m
- ・葉張り 約16.5m
- ・推定樹齢 380年
- ・所在地 中央地区富谷愛宕神社境内
問産業振興課商工労政室 ☎73-0089

25

びっくり、百個もの花

日色さん宅の
巨大「山百合」



背丈を超える豪華な山百合

豊和地区大寺の日色豊さん宅の庭先では、山百合（ヤマユリ）が人の背丈をはるかに超えるまでに成長し、100個以上のつぼみをつけ、8月上旬から次々と花を咲かせました。

植えた時は草丈が50cmほどしかなかったというその見事な成長ぶりに目を細めながら、これからも育て方を工夫し、さらに豪華な花を咲かせたいと、日色さんは語られました。

未来へ向けて元気に担ぐ

東本町区が子ども神輿を新調

東本町区が子ども神輿を新調し、7月20日に入魂式が行われました。新しい神輿は台座の大きさが1尺1寸、我孫子市の椎名正夫氏の手によるものです。無事入魂式を終えた神輿はさっそく地元の子どもたちの手で担がれ、元気よく町内を回りました。



新しい神輿と祭り姿の子どもたち

健康生活

ヘルシーメニューを紹介

トマトの自家製チーズサラダ



手作りチーズにチャレンジしてみましょう。

匠瑤市保健推進委員会

- 【材料6人分】牛乳...600cc 酢...大さじ2
ミニトマト...16個 キュウリ...1本
【ドレッシング】酢...大さじ1 塩...小さじ1/2
コショウ...少々 ハチミツ...小さじ2 サラダ油...大さじ3 レモン汁...小さじ1

【作り方】 鍋に牛乳を入れ熱し、沸騰したらすぐ酢を入れる。かき混ぜながら牛乳が分離してきたら火からおろし、キッチンペーパーを敷いた網でこすと、チーズのできあがり。キュウリは小口切りにし、塩少々をふっておく。ミニトマトも半分に切る。できたチーズとキュウリとミニトマトをボウルに入れ、ドレッシングとあえる。

【1人分】エネルギー131kcal たんぱく質3.3g
カルシウム9mg 塩分0.6g

週末は何かがある！

ふれあいパーク情報

収穫の秋到来！



新米まつり... 9月13日(土)

14日(日) 10時30分から

おいしい新米をご飯茶わんに

大盛り試食サービス実施！

お楽しみに。

敬老の日プレゼント... 9月15

日(月) 当日のレシートを持

参した70歳以上の方、先着3

00名様にプレゼント(お楽

しみ)をいたします。

毎週土・日・祝日は、各種イ

ベントをお楽しみください。

問ふれあいパーク八日市場

☎70・5080



昨年の新米まつり

匠瑛市民病院

内科医師増員で充実

市民病院の内科に、8月1日から旭中央病院からの派遣医師が1名増員となりました。



問市民病院 ☎72・1525

臨時職員募集

そとさぬくもりの郷

職種：介護職員 受験資格：ヘルパー2級以上 勤務時間等：原則週40時間、日勤のみ可 申し込み：ぬくもりの郷 備え付けの履歴書に必要事項を記入し事務局へ提出 年齢：50歳くらいまで 募集人数：若干名 受付期間：9月1日～30日（土日祝除く）試験等：面接あり 定員になった時点で締め切り 問そとさぬくもりの郷（市内中台305） ☎79・1766

あなたの健康のため

集団検診を受けましょう



今年度より子宮がん検診と合わせて、骨粗しょう症検診、成人歯科健診を実施します。

成人歯科健診 対象年齢：20歳以上の人 20歳以上であれば、どんなでも受診できます。日程表を確認の上、会場にお越しください。

子宮がん検診 対象年齢：20歳以上の女性 過去3年間に一度でも受診している人には、実施日1か月前後に通知発送予定。新規に登録希望の人は、9月12日までに健康管理課まで電話連絡をください。

自己負担金：無料 問健康管理課 ☎73・1200

骨粗しょう症検診 対象年齢：18～35歳および40・45・50・55・60・65・70歳の女性 40歳以上の節目年齢の人に受診票を送付します。18～35歳までの人は、直接会場にお越しください。 自己負担金：500円 年齢は平成21年3月31日現在の年齢です。

集団健診日程表

検診日	場 所	受付時間	対象地区	歯科健診
10月3日(金)	野栄福祉センター	9時～11時 13時～14時	野手・新堀	
4日(土)	野栄福祉センター	"	今泉・共興・須賀	実施
5日(日)	保健センター	"	中央・豊和	実施
10日(金)	野栄福祉センター	"	栢田・堀川・川辺	
11日(土)	保健センター	"	平和・豊栄・飯高	
14日(火)	保健センター	"	椿海・吉田・匠瑛	実施

子宮がん・骨粗しょう症予防検診は全日程実施、歯科健診は3日間実施します。

病 気 と 治 療 あ れ こ れ

放射線検査ってこわくないの？



匠瑛市民病院
放射線科 香西絹子

エックス線撮影やCT撮影など、放射線を使った検査を受けるということは、わずかですが放射線に被ばくすることになります。

私たちの身の回りには、自然放射線（宇宙線、大地や空気中からの放射線など）というものがあって、常にその放射線を浴びながら生活しています。だからといって、体の具合が悪くなったりしませんよね。それくらい少ない量なので、影響がないのです。

確かに放射線は、細胞を傷つけたり、死滅させたりする性質があります。しかし、人間は傷ついた細胞を修復して再生する能力があるので、放射線で傷ついても、ガンや障害を残すとは限りません。それ以前に、診断に必要な検査でのわずかな医療被ばくでは、細胞が傷つくほどの放射線を浴びることはめったにありません。

次の表は、日常生活での危険要因が平均寿命をどれだけ短くさせるかを表したものです。

寿命短縮から見たリスク比較

コーヒー	6日
自然放射線	8日
エックス線検査	11日
飲酒	130日
肥満	900日
喫煙	2250日

B.L.COHEN,I SING.LEEによる

放射線検査のリスクは、被ばくした時の年齢・受けた量・どの部位を被ばくしたかで違いますが、平均的なリスクは、日常生活のなかのさまざまな危険や健康を害するものと比べると、決して高くないことがお分かりになると思います。

現在の医療における放射線検査は、病気を診断するために有効な方法であり、大きな役割を担っています。医師は被ばくのリスクより、病気を診断する事の方が有益であると判断し検査を依頼します。また検査する技師も、なるべく少ない被ばくで、情報を提供するための工夫をして検査を行なっているのです。心配せずに検査を受けてください。それでも不安な事、わからない事がありましたら、お気軽にお尋ねください。