

「血管外科とは」

血管外科では、頭部、胸部以外の動脈、静脈の病気を扱います。主な病気としては、閉塞性動脈硬化症（主に足への動脈が詰まったり、細くなったりして、歩けなくなったり、痛みが出たりする病気）、腹部大動脈瘤（動脈の「コブ」で、破裂すると命にかかわってきます）などの動脈の病気や、下肢静脈瘤（足の静脈がポコポコ膨らんで、夕方になると重苦しい、むくむなどの症状が出ます）、深部静脈血栓症（エコノミークラス症候群で有名ですが、静脈の中に血の塊ができて、急に足のむくみ、痛みが出ます）などの静脈の病気があります。治療は手術、血管



公立刈田総合病院 外科
高田 秀司

内治療、薬物治療など、それぞれの患者様に合ったものを考えています。血管外科には、リム・サルベージ（救肢）という言葉がありますが、仕事のほとんどは患者さまの足を救うことにあります。外来日は、月曜日と木曜日の午前中です。まずかかりつけの先生に相談の上、紹介状（診療情報提供書）を書いていただくことをお勧めします。これは患者様のこれまでの病状、治療を正確に把握するために必要です。もちろん、かかりつけの先生がない場合や、緊急の場合は、直接受診していただいてもかまいません。

全冒集合

むし歯のない子

今回の3歳6か月児健診で虫歯の無かったお子さんです。ずっと健康な歯でいてね！

- 佐藤 愛李ちゃん (北無双作)
- 水野 陽太くん (旭 町)
- 八巻 馨仁くん (郡 山)
- 白井万 柚子ちゃん (大鷹沢大町)
- 古山 亮くん (越 河)
- 鈴木 樹璃ちゃん (旭 町)
- 高橋明日美ちゃん (東 町)
- 鈴木 未希ちゃん (越河五賀)
- 渡邊 悠暉くん (旭 町)
- 栗原 未来ちゃん (福岡長袋)
- 太田 昂人くん (郡 山)
- 佐藤 真希ちゃん (郡 山)
- 佐藤 佳苗ちゃん (白川津田)
- 松永 豪くん (松 ケ 丘)

虫歯を早く治してメダルをもらおう！

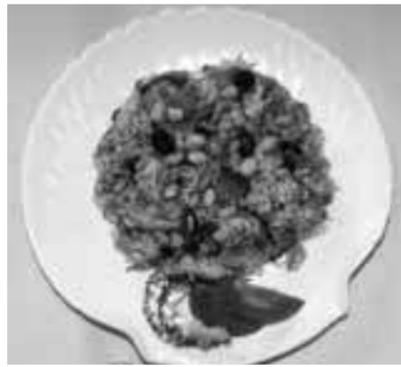
虫歯ができてしまったら治療しなければ治りません。特に、子供の虫歯は進行が早いので、早めに治療することが大切です。そこで、平成10年4月から「むし歯のない子」の対象児に治療を終了したお子さんも含まれることになりました。ぜひ、虫歯があるお子さんも3歳6か月児健診までに、虫歯を治してメダルをもらいましょう。

健康推進課 ☎22-1362



ヘルシークッキング

生活習慣病予防のための



エネルギー370kcal/たんぱく質10.3g/塩分1.4g

材料(4人分)

玄米	2カップ
しめじ	100g
しいたけ	4個
かぼちゃ	200g
にんじん	40g
枝豆	40g
ごま油	20g
みりん	少々
しょうゆ	少々
塩	少々

玄米の野菜ご飯
玄米はビタミン、ミネラル、食物繊維が多く、栄養的に大変すぐれています



ヘルスメイト白石
日下 久子さん(八宮)

〈作り方〉

- 玄米は洗って一晩水につけて、鍋に4カップの水と玄米を入れて玄米ご飯を炊く。沸騰したらさらに水を1カップ加える。30分たったら火をとめて5分蒸らす。
- しめじはバラバラにほぐし、しいたけはうす切り、かぼちゃは一口大に、にんじんはみじん切りにする。
- フライパンに油を熱し、2を炒めてみりんとうゆゆで味を付ける。
- 枝豆は塩ゆでし、はじいておく。
- 1と3を混ぜ合わせ、器に盛り、4を散らす。

健康推進課 ☎22-1362

知ってる？

「泣き寝入りせず解約を」

クリーニング・オフ制度

相談日 月水金9時~16時

Do you know? 残暑お見舞い申し上げます。不景気が長引くと、まちの空き店舗や集会所、個人の家や駐車場などを借りて近所の人や通行人を呼び止め、商品を販売するという悪質な商法があります。この悪質な商法に遭遇した場合にあわてず対処できるように、事例をあげてアドバイスします。

■事例

私は年金暮らしです。ある日、病院の帰りに若い男の人が近づいてきて、「近くで新商品の紹介をしているので、ぜひ！」と粗品をくれました。少し時間があつたので軽い気持ちで会場へ行ってみました。会場にはすでに4、5人いたので安心感もあり、案内されるままに中に入ると、さらに洗剤や食品をくれました。ところがそのとき、特別奉仕と言って羽毛布団を勧められ、その場の雰囲気ですべて契約してしまいました。代金は35万円。2回払いの手数料なしでした。後で家族に反対されたので、解約したいのですが...

これはSF(催眠)商法といわれるものです。契約してから、商品の値段が高いことや必要がなかったことに気づいたときは、まず消費生活相談窓口か公的機関に相談してください。「失敗した」と恥ずかしがり、泣き寝入りをしないことです。老若男女関係なく被害にあっているのです。このような場合、クリーニング・オフ制度を活用しましょう。「訪問販売法」に従い、契約書を受け取って8日以内に書面(ハガキ)で解約通知を簡易書留で郵送してください(解約通知はコピーしておいてください)。また、クリーニング・オフ期間が過ぎていても別の解約方法が考えられる場合がありますので、あきらめず相談してください。業者から渡された契約書、領収書などは捨てずに保管しておき、販売員とのやりとりなどもメモしておく、後日の相談や業者との交渉に役立ちます。

地球温暖化

⑧国際的な取り組み

1980年代末、地球温暖化が多くの国際会議などで国際的な問題として議論され始め、1992年には「気候変動に関する国際連合枠組条約」が採択されました。この条約は、同年開催された地球サミットで155ヶ国が署名した後、1994年3月に発効されました。その後も国際会議の開催が続き、1997年に開かれた第3回締約国会議(地球温暖化防止京都会議、COP3※)では、温室効果ガスの排出量を2008年から2012年の間に1990年比で5.2%(先進国全体として)削減することとなりました。なお、各国の削減率は、日本6%、アメリカ7%、EU8%などとなっています。その後、世界最大の温室効果ガス排出国であるアメリカは、京都議定書からの離脱を表明しましたが、第7回締約国会議

では、京都議定書の運用ルール「マラケシュ合意」がまとめられるなど、議定書の発効に向けた動きが進められています。COP3: COP(コップ)はConference of the Parties to the Framework Convention on Climate Change「気候変動枠組条約締約国会議」の略。COP3は1997年12月開催の「気候変動に関する国際連合枠組条約第3回締約国会議」(地球温暖化防止京都会議)の略称。温室効果ガスの排出量削減目標などを定めた「京都議定書」が採択された。

