

読書の秋！今回は僕の趣味の漫画を読むことについて書きたいと思います。小さい頃から兄弟二人で週刊誌や月刊誌など買ってよく漫画を読んでいた（親父も漫画好き）。でも、最近、週刊誌や月刊誌を買わなくなり、読んでいた漫画も続きがわからなくなっているところなんです。なので、数年前から、古本屋さんで、「コミックを集めるようになりまし。懐かしいものから、最近始まったものまで、タイトル数もさることながら、本の冊数も自分で集めたもので、五百冊くらいはあります。何度も読み返したりでおもしろいんですけど、そろそろ置く場所がなくなって少し困っています。しかし、実家はもつとすく、兄弟三人で集めたものや、現在も弟一人が読んでいるのも合わせたら二千冊程のコミックが本棚に並んでいる状態です。まだまだ読んでない本もあるし、今も連載している漫画もあるので、自分でも「いい歳して」とは思っていますけど、とても楽しみです。今からもどんどん増えていく予定なんですけど、チョット多すぎますかね・・・。

『私の趣味』

薬剤師 三仲 裕子

詳しくは無いのですが、趣味の一つの芸術鑑賞について、話させて貰います。まずは、もう成人した子供達と入っていた子供劇場。好きだったのは、宮沢賢治の作品やモモと時間どろぼう。いろいろな分野の作品があり、内容はもちろん、演者の信じられない情熱に圧倒されました。二番目は映画。好きなのは駅馬車、楽しいマイフェアレディ、厳しい地獄の黙示録。映画を観ると何かを知ったり、心が落ち着いたりします。三番目は演劇。全く知らない驚く作品があったり、心が落ち着いたりします。歌舞伎では、すばらしい、信じられない早替わりの猿之助、動きの先代中村勘三郎。華やかな世界です。四番目はオペラ。テレビで観ることがほとんどです。話の内容は意外と簡単なものが多いけど、歌と音楽と字幕を同時に理解するのが大変。話も音楽もすばらしい。それが魔笛です。そして最後は能について。中身は読んでから観るよう練習しました。そうすると何ともすばらしいのです。もっと知りたい世界です。なかなか観る機会はありませんが、楽しみです。そしてまだ観たことのない、生の文楽も観てみたいものです。



小田代病院 院内新聞

ふあみり



平成19年11月号
 鹿児島市荒田1丁目25-6
 TEL 099-253-8111
 FAX 099-253-8140
 ホーム・ページ アドレス
<http://www.odasiro.e-doctor.inf>

☆USJ『MR-』稼働

放射線科主任 里中 洋一

平成十九年八月中旬より工事を開始して、九月上旬に稼働開始いたしました。工事期間中は、皆様へ大変ご迷惑をおかけし、また、ご協力いただきましたこと心より感謝しております。ありがとうございます。

当施設のMR-は、日立製(AIRS E-ite O. ミテスラワイド オープン型)で、他社製に比べ圧迫感がなく、低騒音です。

検査をされる方にとって検査時の負担、不安をより軽減できる装置でもあります。

放射線だけでなく、強い磁気を使用し人体に無侵襲で、全身のあらゆる角度からの断層像ができ、さらに血管像までできることが特徴ですが、中でも、椎間板ヘルニア・四肢の靭帯断裂、損傷・初期の脳梗塞・脳動脈瘤などの診断に威力を発揮しております。検査時間は部位によって異なりますが大体四〇分位かかります。MR-室は、強い磁気を発生するので心臓ペースメーカー植込体内に金属がある方など検査の出来ない場合がございますので、予めご相談ください。また、検査ご希望の方、ご来院の方など遠慮なく担当者にお申し出ください。



「経鼻内視鏡検査」

胃カメラ検査は口からだけでなく「鼻」からも行えます。

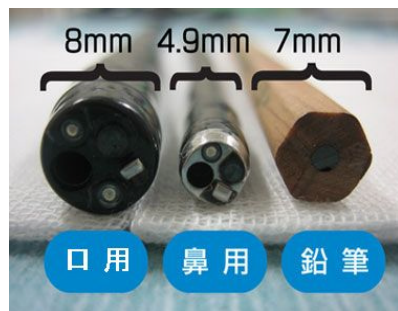
当院では、苦痛が少なく楽に内視鏡検査ができる「経鼻内視鏡検査」を導入致しました。この「経鼻内視鏡検査」は従来の口からの胃カメラと違い「鼻」からカメラを挿入することによりカメラがストレートに食道にはいり舌の根元にしか触れないので「咽頭反射」(指を突っ込むとオエッと感じる反射)が起こらず楽に胃カメラ検査を行うことができます。

(口から) (鼻から)



「経鼻内視鏡検査」の利点

- ☆ カメラの大きさは従来の約半分、4, 9mmと細くスムーズに鼻から挿入出来ます。
- ☆ 鼻からの挿入はカメラが舌の根元に触れる事で起こる咽頭反射を抑えることが出来ます。
- ☆ 苦痛を抑える為の鎮痛剤の注射を使わなくて済むので検査中にモニター画面を見ながら質問をしたり、説明を聞くことが出来ます。
- ☆ 鼻腔への麻酔は少量で済み身体への負担が少なく安全です。



『メタボリックシンドロームと食生活』・・・私もメタボでは！？

管理栄養士 藤崎 陽子

日本の“食”の歴史は大きく変わってきました。全てが豊かになり、その結果“成人病”が増え、国も「健康日本21」を掲げ“生活習慣病”対策に乗り出しました。ところがむしろ悪くなっていく・・・もっと基本に立ち戻って予防を！・・・そして謳われたのがメタボリックシンドローム対策です。メタボリックシンドロームは、肥満を基に、血中脂質・血圧・血糖の検査データで判定されます。



腹囲(おへそまわりをはかります) 男性 85 cm以上 女性 90 cm以上

+

(下の2項目以上があてはまれば、メタボリックシンドローム)

中性脂肪 150mg/dl 以上 かつ/または HDL コレステロール 40mg/dl 未満
 収縮期血圧 130mmHg 以上 かつ/または 拡張期血圧 85mmHg 以上
 空腹時血糖 110mg/dl 以上

- 豊かな生活は「過食」と「運動不足」を生みました。食事の面からのチェックポイントは5つ・・・
- ①自分のベスト体重を知っていますか？(標準体重=身長m×身長m×22で計算できます。)
 - ②自分に見合った食事の量を考えたことがありますか？
 - ③1日3食きちんと、そしてできるだけ均等に。(朝食抜き・不規則な食事時間・間食は肥満の源！)
 - ④偏食せず、食品の質を考えて上手に組み合わせる！(完全食品というものはありません)
 - ⑤運動のリズムを作りましょう。(自分に合った方法・時間を考えて)
- さあ、どこから始めますか？きちんと自分の健康チェックをして、出来ることを探し、実行しましょう。