

受動喫煙防止について

文／多古中央病院 内科 宇都宮隆法

タバコを吸う人だけではなく、その周囲の人が意図せず煙を吸うことを受動喫煙といいます。近年、この受動喫煙による健康被害や発がん性のリスクがクローズアップされてきて、国による規制が検討されています。また、地方自治体によってはより積極的に禁煙エリアを広げる試みもなされています。

タバコは単に嗜好品であるだけではなく、個人のアイデンティティーにも関わる問題であるため、国や地方自治体はタバコを吸いたい人の権利も尊重しつつ健康増進を図っているのです。

電子タバコや加熱式タバコといった新しいタイプの商品も手軽に利用できるようになりました。完全に無害な商品というわけ



電子タバコを吸う人が増えたから、私も考えてみようかな



からだ
ポイント

ではありませんが、紙巻きたばこよりも害は減らすことができます。健康志向が高まるなかで、依存性のあるタバコをやめたくてもやめられない場合は、医師に相談することをお勧めします。

認知症予防
血管の病気が冬に発症しやすいのですが、脳の血管が詰まる脳梗塞は、地域によっては夏に発症が増えることもあります。気付かないうちに小さな脳梗塞ができてしまつと、脳血管性認知症と呼ばれる認知症を発症するきっかけになります。汗で

体内の水分を消耗し、暑さのストレスも加わると、血液が固まりやすくなるのです。食べ物に含まれるものも合わせて、水分を1日に2リットル以上は取るようにしましょう。エアコンと扇風機を使って部屋の温度を下げ、快適な生活を送ることで認知症を予防することができます。

【病院便り】

多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっております。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します。

76-2211

顔と同じくらいのじゃがいも採れたよ!

「お家帰ったらどうやって食べようか」「肉じゃががいいー!」畑を目の前にし、この日を楽しみにしていた親子の声が聞こえてきます。6月23日、NPO法人 都市と農村交流協会主催のじゃがいも掘り体験が島地区で行われ、県内外のおよそ150名が参加しました。ゴロゴロつながって出てくるじゃがいもに、あちこちで歓声が上がリ、採れた大きいじゃがいもを見せ合っている子どもたちの姿に笑みがこぼれます。体験後は、島地区のお母さんたちお手製のふかし芋や肉じゃがなど、地元の味を堪能。短い時間でしたが多古を満喫した参加者たちでした。



第二小が新たな学び舎に

6月26日、外国人留学生が日本語と農業経営を学べる「国際協力日本語学院」の開校式が行われました。この語学院は旧第二小の校舎を町から有償で借りて、農業関連事業を幅広く展開する農グループのスリーエムが運営しています。来年の4月から本格的に留学生を受け入れ、留学生たちは多古町に住みながら日本語を学ぶことができます。学院長の吉田曜子さんは、世界各国で日本語を教えてきた自身の経験や今後の抱負を力強く語ってくれました。



あっぱれ 優勝 拍手!

小学生	■スナッグゴルフ対抗戦第14回千葉地区予選会 優勝 久賀小 全国大会出場 2位 第一小
中学生	■関東中学校ゴルフ選手権 3位 女子団体 ゴルフ部 全国大会出場 13位 女子個人 中谷愛純 全国大会出場 ■北総旗争奪剣道大会 敢闘賞 小川まなみ ■町立図書館利用案内イラストコンテスト 最優秀賞 こども用イラストの部 岩畑誉 図書館長特別賞 大原結菜
一般	■多古町民ゴルフ大会 ※()内数字はスコア ○ネットの部 優勝 鎌形 勝 (68.6) 2位 萩原佑介 (70.2) 3位 蛸谷雅美 (70.4) ○グロスの部 優勝 一般男子 佐藤大悟 (74) // シニア 越川光雄 (73) // グランドシニア 勝又謙一 (76) 勝又一男 (76) 越川莊次 (76) // レディース 中谷鈴音 (70)
	■多古町民野球大会 優勝 グリーンボーイズ 初出場・初優勝 2位 モンスター 3位 東條 // アグリータックス

株式会社 多古の役員が変わりました

6月29日、道の駅多古の運営会社である(株)多古の株主総会および取締役会が開催され新しい役員が選出されました。

代表取締役社長	並木高明	新任
筆頭取締役	飯田正一	
取締役	所一重	新任
〃	篠宮茂	
〃	高橋勝彦	
〃	石毛豊秋	新任
〃	山崎吉高	
〃	片淵善人	
監査役	柳下雄一	
〃	柳司平	新任

お問合せ●産業経済課経済振興係 【敬称略】
☎ 76-5404

俳句

郷愁を妻と甘噛むさくらんぼ 水戸 鈴木やすし
被爆地へ戻る友よりさくらんぼ 多古台 渡部 健
夏つばめ筆記体の字描く空 北中 鈴木 裕
梅雨の夜やヨガ教室にミントの香 南中 木内 慶子
網戸まで開けて座敷に風はしる 水戸 高岡 克子
娘には甘き母なりさくらんぼ 喜多 瓜生 恒子
列に居て蟻それぞれに多弁なる 仲町 香取 省吾

短歌

雨降りて又雨降りてあじさいの蕾にやさし昨日今日なる 染井 佐藤 登久
母の日に子の贈りくれしグレーのベスト紫陽花まつりの今日着て行かん 本町 浅野 婦久
梅雨晴れの紫陽花を巡りつつ思わず触れる句碑のかな文字 高野前 鈴木沙和子
倒れ咲くあじさいの花ちらと見て少し瘦せたる野良猫が行く 南玉造 秋山 絢子
夕空に黒雲浮かび降り出すか庭に紫陽花青をふふめり 南玉造 宇井 ふみ
あじさい祭りの竹コスターに男の子抱えいきいと写る息子の遺影 島 星野 みつ
紫陽花のかたえに小型ラジオ置き梅雨の晴れ間を庭の草引く 林 高橋 宏子

文芸コーナー