

## ワンポイントアドバイス

### ノドの異常感

川口市立医療センター

くまがい まさき  
耳鼻咽喉科 部長 熊谷 正樹



ノドの異常感是人によってさまざまな表現法があるようです。例えば引っかかる、ヒリヒリする、何かつまっている、かゆい、そしてイガイガするような感じといった訴えが診察室では多く見られます。そのような患者さんを実際に診察すると、異常が見られない場合がほとんどです。なので安心して帰宅していただけるのですが、腫瘍のような命に関わる病気が見つかることもまれにあります。

喫煙歴が長い場合は慢性的な炎症がノドに生じるばかりでなく、タバコを吸わない人の10倍以上の割合でノドに癌が発生するとされていますので、心当たりがあるかたは内視鏡検査を受けることをお勧めします。また胃液がノドの方に逆流している状態や肩コリがひどい場合、そしてアレルギーや飲み込みがうまく出来なくなっている時もノドの異常感として症状が出現することがあります。

実際に目に見える病気が見つからない時は、ホルモンや自律神経のバランスが崩れ、そして精神的なものが原因となることもあるようです。常日頃から喫煙や多量の飲酒、声の酷使などを避けるようにして、ノドを大切にすることが大切です。ノドの内視鏡は直径4mm程度で鼻の穴から入れていきますが、麻酔のスプレーを使用することで、検査時の苦痛も緩和できるように配慮されていますので、あまり怖がらないで耳鼻咽喉科を受診していただければと思います。

## すこやか生活習慣

### 歯医者さんに行こう！

むし歯や歯周病は全身の健康に影響します。大切な歯と口の健康を守るために、いつでも気軽に相談できて頼れる歯医者さんを見つけておくこと安心です。定期的な歯科健診を受けるなどしてかかりつけの歯医者さんをつくりましょう。

#### ★歯科健診でチェックできること

##### むし歯診査

- ・生えている(残っている)歯の数と種類
- ・歯の形状異常の有無
- ・むし歯の有無とその程度
- ・治療完了の歯の本数と治療した状態、未処置歯の本数など

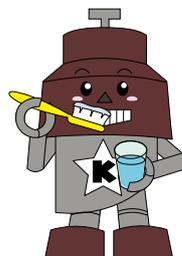
##### 歯肉の診査

- ・歯肉の腫れ
- ・歯磨きで出血がないか、膿が出ていないか
- ・歯がグラグラしていないか、歯根が露出していないか

##### 口腔乾燥症(ドライマウス)診査

- ・のどはかわいていないのに口の中が乾燥する
- ・話しづらくなる、味覚がおかしいなどの症状の有無
- ・舌がひび割れの有無、口の中が痛くないか

ほかにも、あごの関節の診査、口内の粘膜診査、歯並び・かみ合わせの診査、歯の汚れの診査ができます。ブラッシング指導もしてくれます。スッキリきれいな歯とお口で、気持ちよく健康に過ごしましょう。



## 防犯

### 自転車盗難、車上ねらいに注意

市内では、自転車盗難や車上ねらい(自転車の前かご内からの盗難)の被害が多発しています。

自転車から離れる際は対策を心掛け、被害に遭わないようにしましょう。

#### 対策

##### 1 確実な施錠を心掛ける

自転車盗難被害の大半は、鍵のかかっていない状態で起こっています。自転車から離れるときは、施錠を徹底しましょう。通常の施錠の他にワイヤーロックを併用すると効果的です。



##### 2 路上に放置しない

路上に放置された自転車は、盗難の対象になる可能性が高くなります。駐輪場などの決められた場所に駐輪しましょう。

##### 3 荷物の管理を徹底する

小学生が自転車の前かごに荷物を入れたままにして、ゲーム機などが盗まれる被害が多発しています。短時間でも自転車から離れるときは、必ず貴重品、荷物を置かないようにしましょう。

防犯対策室 ☎048-242-6361

## ひと

### 想いをこめた商品づくり

石崎 美智さん(北園町)

直径30ミリ高さ15ミリの八角すいのクッキー。それはまるで本物のベーゴマのよう。「本場にまわったという話も伺って、びっくりしています」。ベーゴマの紐も欲しいという声が多く、本物のベーゴマも一緒に販売している。看護師として再就職先を探していたが、なかなか見つからなかった時「うちで働かないか」と前施設長に声をかけられた。仕事の内容もわからないまま、とにかく働かなければという思いから今の障害者福祉施設に就職することになった。

これまでやったことがない職種でゼロからのスタート。手探りでパン事業を始めたが、店では全く売れなかった。廃業するよりはと売り歩いた時、通所者が「自分たちのことをかわいそうだと思って買ってくれているのかな」とつぶやいた。その一言にぐくぜんとした。「誰一人、負い目を感じさせたくない」と強い気持ちが生まれ、毎日必死に勉強し、商品開発に取り組んだ。自分たちの伝えたい想いは何か。職員と通所者で話し合いを重ね、「家族や近所のかたに感謝を伝えたい」という通所者の言葉から川口の魅力を商品で伝えることではできないかと考え、ベーゴマをモチーフにした商品を考案。原材料や産地にこだわり埼玉県の小麦に、川口の麦みそを使用。鋳物工場で型を制作し、商品開発に励んだ。それでも、うず模様や八角形を出す

のが難しく、やっとベーゴマらしい形になっても、食べられないほど固いものに。試行錯誤を重ね、商品になるまで2年かかった。「いろいろな人の協力があつたからこそここまでこられた」と振り返る。今では商店街や商工会議所にも加盟し、障害者福祉施設という型にはまらない運営を目指す。「おいしいお店が川口にある」と認識され、お店のファンを増やしていききたい。その後には障害者福祉施設だったと知ってもらえれば、通所者が一生懸命作る商品にのせて、ノーマライゼーションが広がることを願う。(ま)

