

まんのう支部だより

No.33 2019年3月2日

急に春めいて参りました。組合員の皆様お元気ですか。

私は久々のインフルエンザで10日程不自由な生活を強いられました。そのため、延期していましたがん検診を一昨日受けきました。たまたまそこで手にした「みんなの健康」の今月号に乳腺外科の何森（いづもり）亜由美医師の特集が載っていました。本紙4ページ是非お読み下さい。

さて、今回の支部だよりでは私の検診時の感想と善診カフェをご夫婦で盛り上げて下さっている多田副支部長からの報告、支部総会のご案内などしたいと思います。

まず乳がん検診から。秋に導入したばかりのマンモグラフィは以前の装置より圧迫による痛みが少なく、腕を乗せることができ楽でした。その画像を見ながら超音波検査（エコー）を行いました。甲状腺や腋下のリンパ節も丁寧に診て下さいました。異常なしで安心しました。たまたま隣に座っていた方は3ミリの乳がんが奇跡的に見つかったと喜んでいました。

次に腹部エコー。気になる痛みがあったので、念入りに調べてもらいました。これもパス。最後は胃カメラです。父が胃がんだったので私は35歳頃から毎年必ず胃カメラをのんでいます。みんなが嫌う胃カメラですが、私は割と平気なんです。昨年の潰瘍も完全に治っているとの事。内視鏡検査のエキスパートの何森晶先生は本当に上手なので少しだ液が出るくらいで静かに検査は終わりました。何森晶先生も「みんなの健康」1月号のMRIの特集の記事を担当されていました。昨年より遅れ遅れになっていたので、気になっていましたのですがホットしました。以上長くなりましたが次は善診カフェの紹介です。

善診カフェのボランティア委員として参加して約2年がります。カフェは毎月第4火曜日の14時から始まります。診療所の看護師さんによる講話、熱中症、インフルエンザ予防、腰痛予防等、その時にあった講話をしてくれます。またデイサービス所の職員さんによる簡単な健康体操、脳トレの指導もしてくれます。最後は全員で歌を歌い楽しい時間を過ごしています。参加費は200円でコーヒー、紅茶おかわり自由です。それにカップケーキ、アップルパイなど毎回デザートが付きます。今では毎月心待ちにしてくれています。皆さんも時間があれば、一度善診カフェに寄ってみて下さい。 多田 覚

支部長 真鍋 ☎ 75-3099 ☎ 090-5913-2593

この男女がお内裏様でお雛様はひな人形全員のこと
チコちゃんに叱られる（3/2）より



お知らせ

I、支部総会のご案内 5月29日（水）13時30分～15時 於 吉野公民館

企画は検討中です。5月号で詳しくお知らせします。

II、75歳以上の医療費負担の原則2割化に反対する請願署名にご協力をお願い致します。「みんなの健康」最後のページにも載っています。