

健康万歳 ② 高齢者の風邪は要注意

カゼの原因は9割近くがウイルスによるものである。南極大陸はいくら温度が低くてもウイルスがないので風邪は引かない道理だったが、最近

カゼのウイルスは今知られているだけでも200数十種あるらしい。これだけ多くのウイルスが存在していれば都会に住んでいる人は誰もカゼに罹ると

カゼに罹るにはウイルスの種類と罹る人間の両方に原因がある。インフルエンザの様に強烈なものであれば大抵の人が罹患するし、弱いウイルスであればいくら吸い込んでもカゼを引くことはない。

カゼの流行時期が近付けばワクチン接種でインフルエンザウイルスは予防するがその効果は70%位と考えられる。場合によっては新型で効果が現れないこともあるが今のワクチンには新型も対応出来るようになってきた。

一般にカゼ症候群と言われる病気には特効薬はない。熱には解熱剤、咳には咳止めなど多様に亘る自覚症状に対症的に投薬される。

昔の人は「卵酒でも飲んで3日も寝ていれば良くなる」と言ったが、当時の生活の知恵で要するに体力をつけておくことを意味する。対症的に薬を服用して症状を押さえるのは病気を長引かせる。熱がある方が免疫力を高め治りも早い。

老人の場合は呼吸器の機能も衰えているので、一旦かぜを引いてこじらすと肺炎を併発し死亡に至るケースが多くインフルエンザ流行時期には不幸な結果になることが多い。長引くカゼは別の病気を考えることも必要で老人の病相は若い人とは違うことも認識しておかねばならない。肺炎や肺結核、心不全など隠された病気もあるのでカゼを引いたら一度は医師の診断を受けておくことが大切である。

現在行われているワクチンは副作用も少なく「お年寄りや幼少時(ハイリスク)」の人は必ず接種しておくべきである。小学校や中学校、集団生活を営む老人ホームの人達には流行を少しでも防ぐことになる。

林 栄一(立花町・医師)



八女市鶴池 江上 チヨカ

小学生の頃はよくポスターを描いていましたが、以来絵画とは縁がなく七十余年過ぎました。そんな時友人よりハガキをもらいました。ハガキの片隅に絵が描いてあり内容は日々の生活や健康のこと。なのに、その絵を見てとても心が癒されました。市広報で絵手紙の勉強が出来る事を知り入会して一年になります。絵手紙を始め

八女農祭



日時

11月13日(土) 10時~14時

会場

本校 北山農場 会場間シャトルバス運行

11月の道の駅たちばな 秋の到来!! 秋の大収穫祭 11/19(土)~27(日) 11月19日(土) 秋の大収穫祭 11月20日(日) 秋の大収穫祭 11月26日(土) 新上五島物産展 11月27日(日) 新上五島物産展

シーズン到来!! 軽やか八女オルレ 11月12日(土)スタート 10時30分八女市山内山の井公園。フイニッシュ16時迄 岩戸山歴史文化交流館。参加費1000円参加記念品/オルレクッキー等。主なイベント/八女茶のふるまいや地元食材の物産販売。定員150名。事前申し込みが必要。申し込み FAX 0943-2217311 問い合わせ 八女市商工観光課 0943-231192

小林道夫&赤塚太郎 二人の伴奏家の芸術 シューベルトの歌曲とピアノ連弾曲 12月11日(日)15時開演 開場 おりなす八女 一般1,500円・友の会1,000円・全席自由

年に1度の生徒たちの学習成果の発表です。来ていただく皆さんを、おもてなしの心でお迎えいたします。

昨年度、人気の高かった北山農場での動物ふれあいや農業機械の操作体験も行われますので、皆さんお誘い合わせの上ご来校くださいますようお願いいたします。

- 内容: ☆日頃の学習内容や作品の展示 ☆農業体験、動物ふれあい体験などの参加体験 ☆花、野菜、パン、お茶クッキーなどの農産物販売

「八女のまつりあかりの祭典」に参加して 八女農業高等学校

生徒主体の生き生きとした販売実習を行うことができました。担当したのは、システム園芸科3年の生徒達です。

お客様と会話を楽しみながら、生産した商品を元気よく販売しました。購入された品々を袋に詰め「ありがとうございました」と笑顔で感謝の気持ちを表すことができました。

隣のテントでは、本校PTAの方々が地元のアスパラガスの天婦羅などを調理・販売され、こちらも大盛況でした。

生徒は地域の方と交流でき、多くのことを学ぶ良い機会になりました。学習成果を今後に生かしたいと考えています。ありがとうございました。

11月の校内販売所(みらい館)の開館日 1日(火)、4日(金)、8日(火)、18日(金)、22日(火)、25日(金)、29日(火) 10時30分~15時30分



矢部川源流・杉の里の四季 ⑥1

アキノノゲシ(秋の野芥子)[キク科]

アキノノゲシは日当りのよい路傍、荒地、草地に自生してる。花期は8月~12月。茎は全体無毛で、高さ50cm~2mになる。茎を切ると白い汁が出る。

本種は「レタス」と同じ「キク科」で、宮古島では『トウナラ』と呼ばれ、『和え物』などに用いられている。また、薬効(民間療法)としては、胸やけ、健胃、皮膚病に使用されている。



黒木町 松尾 重根

眩き

明日から

健康のために 食べる物を制限しようと思心したもののおいしいものが出てくると ダイエットは明日から

もう着る物は充分 無駄遣いはやめようと思 思っただけで 気に入った物に出会うと 俟約は 明日から

日々繰り返す 明日から 安易に口にする 明日から 明日からの大安売り

「明日から」 宮中雲子

苦笑いしつつ頷いて読む 軽やかな一編の詩。平穩な暮らしの中にあつて、いつか明日が無くなる日が来ることを誰も考えはしない。頼みとする明日があるから、何と気楽に幸せそうに人は過していることか。今日という日を。

「また明日」と手を振り別れた翌日に、母を亡くした。泥付きの葱を届けてくれたその葱を使い切らぬうちに、友の通夜へ参った。明日私が届ける筈の紅い林檎だけが残った。遠くに住む妹に電話するのも明日、リハビリを始めるのも明日、夫のYシャツを新しくするのも明日から。否、今日からしつかりやるのだ。明日の朝、永遠に目覚めぬ私をイメージしなが

蓉子