

湯川診療所からのお知らせ

4月から医師が交代になります。



【診察当番表】

曜日	診療時間	担当医
月曜日	9時00分～11時30分	豊岡 晃輔 医師
	15時30分～17時00分	神辺 まどか 医師
水曜日	9時00分～11時30分	守山 恵利香 医師
	15時30分～17時00分	輿石 蘭夢 医師
木曜日	10時00分～11時30分	花山 宜久 医師
	15時00分～17時00分	

※毎月の診療予定表は、湯川診療所に備え付けてあります。

【お問い合わせ】 湯川診療所 ☎74-3180

おすすいでの賢い付き合い方

2月17日(月)、湯川診療所で神辺まどか先生による薬についての講話がありました。

先生からは、加齢に伴い薬の量は増加しがちで、平均6.4種類を内服しているが、多くの薬を併用することで問題(ポリファーマシー)が生じることの説明がありました。

薬同士の飲み合わせや、加齢のため代謝の低下による副作用(ふらつきや腎障害など)が起りやすいため、解決策として、お薬手帳を持参して処方内容の重複を避けること。漫然と処方されがちな薬もあるため、医師や薬剤師に相談して、飲むべきものを正しく飲みましようと話されました。

また、自己判断で薬を止めないこと、特に抗生剤や抗ウイルス薬は処方された物を残さず飲み切るようにすること。他の人に譲渡しないようにと説明がありました。

最後に、飲み忘れなどでお薬が残ってしまった場合は、診察時に持参して、相談して欲しいとのことでした。



お試し買い物ツアー開催

3月12日(水)、草間カルスト里山の会の健康福祉部(才田雅美部長)は、高齢者を対象にした「買い物ツアー」を実施しました。運転免許証を持たない方や返納された方など、高齢者の外出(移動)が地域の課題となっている中、初の取り組み(お試し)として、この日は6人が参加しました。

車は社会福祉協議会から10人乗りを借り、午前9時15分から市民センターを出発、才田部長と真壁副部長が同行、各公会堂を回り10時過ぎには「サンパーク新見」に到着、約1時間それぞれに買い物を楽しみ、昼までには草間に帰ってきました。

参加者からは、車中でのおしゃべりも楽しみながら、久しぶりの買い物を楽しめた、との声がありました。里山の会では、新年度以降も定期的に実施していきたいと考えています。



100均のセルフレジもこなしています



直接品物を見て選ぶことが楽しみです

草間台GGG愛好会3月大会

3月14日(金)、カルスト山荘グラウンドにおいて、草間台グラウンドゴルフ愛好会の令和7年最初の大会が会員29名の参加で行われました。成績は次のとおりです。

【男性の部】

- ① 中山義昭 58打
- ② 杉 基
- ③ 藤原健雄

【女性の部】

- ① 藤井シゲノ 58打
- ② 西上みす江
- ③ 藤野晴美
- ④ 数原ユリ子
- ⑤ 吉川岸恵

【ホールインワン賞】

- 藤野進
- 数原ユリ子
- 西上みす江
- 藤野秀喜
- 野手征士
- 中山義昭

【ホールインワン賞15位】

- 数原ユリ子
- 藤井シゲノ2本
- 藤野晴美
- 横田秀明
- 杉基
- 太田稔穂
- 中山美恵子
- 長田桂治
- 中山義昭
- 山口波子
- 藤井清子

春 到来

今年は寒さが厳しかったため、足踏みをしていた春も、ここにきてかけ足でやってきました。市民センターも、福寿草や梅などが、かわいらしい花を咲かせています。機会があればご覧下さい。



←ここに福寿草があります

お知らせ

【羅生門さくらまつりのご案内】

羅生門を守る会(まつなぎ地区)は、3月下旬から4月下旬のさくらの開花時期に合わせて、「羅生門さくらまつり2025」を開催されます。約10種類700本の桜が楽しめる羅生門さくら公園では、園内の花見開放を行う他、期間中それぞれの桜の見頃に合わせたライトアップも実施される予定です。この他、羅生門ガイドツアーや青空コンサートなども企画されています。期間中の土曜日や日曜日には、グルメ屋台やキッチンカー、特産品販売などが用意され、昨年に続き「さくら美フォトコンテスト2025」も実施されます。地域内の皆様には、土日には多くの観光客の来場が見込まれるため、平日にゆっくりお楽しみくださいとのこと。

なお今後の天候により、開花状況やイベント情報が変わることがあります。草間台エコミュージアム推進協議会のホームページや、フェイスブックでご確認ください。

俳句

確かめる杖の力や深雪晴
母親の腹に子猿や雪の中

橋本八重子

長田保子

川柳 題「奈」「爰」

大吉を引いて今年の胸算用
一発逆転そんな言葉と春の風
他人様楽々暮らすように見え
過去のこと洗い流して再出発

田井芳枝

笹田 彰

中村公人

人生は自然と苦楽共にする
ジョウビタキ君北の国へはいつ発つのか?
我が道は天下太平楽道家
孫達が待つてる野菜発送す

小川久子

短歌

宇山洞にナウマン象の化石とや
いしぶみあはれあさかげさして

滑 都

念願の畝田城址の縄張り図
描きし人の顔輝けり

杉 秀樹

ほころびし梅にひよ鳥賑やかに
男孫の旅立ち励ましくくる

西山富美子

門先の小梅の枝にメジロ来て
可愛くチュッチュツと春を知らせる

長岡愛子

大変お世話になりました

所長 西村和夫(3年間勤務) *退職

ようこそ願っています

所長 岡本邦尚(草間台小学校より)

*新任