



## 今月新しく入りました。

### ●一般の本

／寂滅の剣（作＝北方謙三）／スターバト・マーテル（作＝篠田節子）／ラガド煉獄の教室（作＝両角長彦）／ダウタウン（作＝小路幸也）／波枕おりょう秘抄（作＝鳥越碧）／セシルのもくろみ（作＝唯川 恵）／ボクハ・ココニ・イマス消失刑（作＝梶尾真治）／教室の亡霊（作＝内田康夫）／キケン（作＝有川 浩）

### ●子どもの本

／まんまるがかり（作＝おくはらゆめ）／がんばったね、ちびくまくん（訳＝たなかあきこ）／四角いクラゲの子（作＝今江祥智）／さくら（作＝長谷川 摂子）／ほわほわさくら（訳＝ひがしなおこ）／やさしいきょうりゅう（作＝オオノヨシヒロ）／うれしくてうれしくて（作＝かさいまり）

## 中でもこの本がお勧めです。

### きみ去りしの子

作＝重松 清



どれだけ歩き続ければ別れを受け入れられるのだろう。幼い息子を喪った父「その日」を前にした母に寄り添う少女。生と死がこだまする、ふたりの巡礼の旅。わが子はその瞳で数えきれないほどの光景を見るはずだった。1歳の誕生日を迎えたばかりで眠るように死んだ。圧倒的な彼岸の風景と土地に残る死の記憶がもたらした奇跡の再生の物語。

### おかあさん だいじょうぶ

作＝乳がんの親とその子どものためのプロジェクト



絵本には楽しむためだけのものとは別に「本当のことをやさしく、きちんと伝えてくれる」というもうひとつの側面があるように思います。これは乳がんになったお母さんとその家族のために考えられた絵本。子どもを一人の人間として尊重しているからこそ生まれてくる言葉が心に響きます。病気に対して、いのちに対して真摯に向き合う姿がそこにはあります。

あたたかいふれあいのひとときを

## ブックスタート



ブックスタート。それは、絵本を通して、家庭内で赤ちゃんに「温かい、ふれあいの時間」を持つきっかけを作るための取り組み。どこの家庭でもすぐに絵本を開いて楽しんでほしい。そんな願いを込めて、4か月健診時にすべての赤ちゃんに同じ絵本が入ったブックスタートバックを差し上げています。

### ●4月23日は「子ども読書の日」

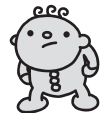
中央公民館図書室では、4月23日の「子ども読書の日」にちなんで、次のとおり「子どものオススメ絵本」を展示します。普段は手にすることの少ない子どもたちの本。ぜひこの機会に手にとってみてはいかがでしょうか。（展示期間中は、展示本の貸し出しはできません）

- とき 4月20日（火）から5月10日（月）まで
- ところ 中央公民館ロビー



### ●なぜ絵本なの？

赤ちゃんには「自分は大切な存在である、愛されている存在である」と思える体験が大切だと言われています。絵本には、赤ちゃんを抱いて語りかけ、顔を見て、一緒に楽しいひとときを過ごすことが出来る不思議な力があります。



### ●赤ちゃんに絵本は早いのでは？

赤ちゃんにも好きな絵や音、色があるように、絵を見つめたり指さしたり、読んでくれる人をじっと見つめて声に耳を傾けたりと、赤ちゃんの絵本の楽しみ方があります。同じ絵本、同じ絵なのに、その反応は一人ひとりさまざま。そんな赤ちゃんの姿を見ている大人も楽しくなります。



### Share Books

大好きな人との時間を絵本で分かち合う。そんな時間を楽しんでみてはどうですか。

Dr. 船津の

## 調子はいかが？

町立病院 ☎42局1231番

町立病院スタッフ  
からの健康  
アドバイスです



ポリープは年齢とともにできやすくと聞いたのですが、**検査**は定期的に行ったほうがよいのでしょうか。(61歳・男性)

### 【60歳代の2人に1人】

大腸ポリープとは、腸にできた「イボ」です。

大腸ポリープは、40歳代から増えはじめ、年齢が上がるほどできやすくなります。

自覚症状が少なく気づかない人が多いのですが、60歳代になると2人に1人がポリープを持っていても言われま  
す。また、女性に比べて男性に多くみられることも特徴です。

### 【80%がガンになる可能性あり】

大腸ポリープは大きく分けて、過形成性ポリープと腺腫性ポリープに分けられます。そのうちガンになる可能性があるのが腺腫性ポリープで、ポリープ全体の約80%を占めています。

腺腫性ポリープが大きくな

ると、ガン化が始まりやすくなります。

ポリープの直径が1センチ以下ではガン化率は5%以下ですが、2センチ以上になると60%、3センチ以上になると95%と、大きさに比例してリスクが高まっています。

### 【食生活の変化で増加】

日本では、大腸ポリープも大腸ガンもこの20年間で増加の一途をたどっています。

これは、食生活の欧米化に伴い動物性脂肪や糖分の摂取量の増加、食物繊維の摂取量の減少により、大腸への負担が大きくなったことが原因になっていると考えられています。また、肥満も重要な危険因子です。

大腸ガンになりやすい年齢としては、50歳以降が多く

なっています。(40歳代でポリープが出現している)

### 【早期発見が重要】

大腸ガンの恐ろしいところは、「かなり進行するまで症状が少なく、発見が遅れやすい」ということです。

大腸ガンは進行スピードが遅いがんで、早期のうちに発見されたものは、ほとんど治すことができます。しかし出血や腹痛などの症状が出現している進行ガンの場合では、死亡率は急激に高くなること  
がわかっています。そのため、早期発見・治療が大変重要で

### 【定期的な内視鏡検査を】

大腸ポリープは、長い年月を経てガンになる可能性が高まるため、ポリープを内視鏡

にて切除することが、将来の大腸ガンの発生を防ぎ予防につながるのです。

また、最近、大腸ガンにはポリープから発生するものだけでなく、正常の粘膜から発生する平坦なガンも、かなり多いということがわかってきました。

予防できるガンで命を危ぶめることは、非常にもったいないことです。これらの、ガンを見つけ、ポリープ切除も同時に行える内視鏡検査を定期的に行うことをお勧めします。また、親族に大腸がんや大腸ポリープの手術を受けた人がいる場合は、検査を受けられることを強くお勧めします。



### 【アドバイザー】

船津史郎さん・ふなつしろう 昭56年長崎大学医学部を卒業後、同大学病院、長崎市立病院、北九州市立八幡病院などを  
を経て、平成19年町立病院に勤務。消化器科医科長。日本消化器学会専門医、日本消化器内視鏡学会専門医、日本内科学  
会認定医。54歳。

60歳代になると2人に1人がポリープを持っているといわれています。定期的な検査を受け予防しましょう。