



今月新しく入りました。

●一般の本

／ももこのまんねん日記 2012 (作=さくらももこ)
／よろず御探し請負い候 (作=浅野里沙子) /すべ
て真夜中の恋人たち (作=川上未映子) /しあわせ
なミステリー (作=伊坂幸太郎) /楽園のカンヴァス
(作=原田マハ) /雪と珊瑚と (作=梨木香歩)

●子どもの本

／八月の子どもたち (作=甲田 天) /あさになっ
たのでまどをあけますよ (作=荒井良二) /へちま
のへーたろー (作=二宮由紀子) /さかさことばで
うんどうかい (作=西村敏雄) /ねごさかなのすい
か (作=渡辺有一) /ふたごのしろくま (作=あべ
弘士)

中でもこの本が **オススメ** です。



斉藤さんがゆく

作=祐天寺与太郎

愉快でへんてこな、大きな体の斉藤さん。ワニに乗ってふ
らりとあらわれます。腰に差した刀を抜くとビーチパラソル
やコンニャクに！冬には体が大きな凧やかまくらに！ こん
なへんてこな斉藤さんと一緒に遊ぶことで、子どもたちが成
長していく過程が描かれています。



そうか、もう君はいないのか

作=城山 三郎

昭 和26年早春、
に名古屋公
衆図書館で
大学生の著者は天か
ら落ちてきた妖精に
出逢いますが、交際
を反対されます。戦
後の混沌とした時代
が判りやすく説明さ
れています。愛知学
芸大学専任講師とな
り、年の変わらな
い学生との愉快な話

と、次々に持ち込ま
れる縁談を断る話が
素適です。そして妖
精との再びの出逢い
があります。その妖
精が50億の中でただ
一人「おい」と呼べ
る人なのです。深い
愛情とお互いを思い
やる心がたくさん詰
まった作品です。



どうながのプレッツェル

作=マーグレット・レイ

5 月のある朝5
匹のダックス
フントの子犬
が生まれました。最
初は見分けのつかな
い程そっくりな5匹で
したが、プレッツェル
だけが世界一の胴長に
なりました。胴が長
い程立派なダックスフ
ントなのです。でも、
大好きなグレッタは「胴
長は嫌い」なのです。

そんなある日、グレッタ
は遊んでいたボールと
一緒に深い深い穴に落
ちました。グレッタはど
うなるのでしょうか。
大切な人をいつもいつ
も見守っている愛があ
るのですね。

春の桜、夏の海、秋の紅葉、冬の雪...
美しい四季が体感できるのは日本人の特権。
そんな私たちがだからこそ、
読みたくなる「旬」の本があります。
シリーズ「旬の本だな」。
8月は「つれあい」をテーマに
2冊の本をご紹介します。
紹介者は加留部君子さん(鞍手町文庫連絡会)です。



7月号の「旬の本だな」で紹介した本のタイトルに誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
(誤)「われら愛す」憲法の心を歌った"幻の国家" → (正)「われら愛す」憲法の心を歌った"幻の国歌"

Health

ADVICE

Dr. 三宅の

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



足の爪が食い込んで痛いのですが、治療方法はありますか？（52歳・男性）

爪の切りすぎや、靴による圧迫で爪の端が皮膚に食い込んで痛みをおこす疾患、巻き爪もしくは陥入爪が考えられます。

【予防法】

爪を伸ばしたり、幅の広い靴を履くことにより予防できます。

軽度の場合は、爪が食い込む部分にクッションとなるように不織布などを挿入することで痛みがなくなることがあります。

【治療法】

それでも爪が食い込んで痛く困っている人のために、最近急速に普及してきたのが、「ワイヤーによる爪の矯正治療」です。

この治療は、病院で特殊な形状記憶のワイヤーを爪に挿

入します。

爪に穴をあけるだけなので、痛みはありません。

爪の形がもとの形に戻るのに少なくとも数ヶ月かかるため、2か月から3か月に一度ワイヤーを交換しながら治療を行います（3回程程度）。

爪の変形がひどい場合、治療を中止するとまた爪が巻いてしまう人もいます。

当院でも行っておりますが、残念ながらこの方法は健康保険による治療が行えません。

保険による治療方法は、手術による根治的治療や、周りに炎症が起きている場合の処置や、塗り薬や飲み薬などの治療などです。



【水虫の可能性も】

痛みやかゆみが無くて爪が濁って厚くなっている場合は、爪の水虫に感染している場合が考えられます。水虫の菌（白癬菌）はカビの一種で、高温多湿、皮膚のタンパク質を好むため、靴などで蒸れやすい足指の間や爪などに住みつきやすいです。初期の症状は、爪の一部が白や黄色っぽく濁ってきます。時間が経つにつれて、濁った部分が広がって爪が厚くなっていくのです。

が、厚くなった爪は、もろくポロポロと崩れ落ちるようになります。この場合はまず水虫の治療を行いましょう。指の間の水虫は塗り薬で治療が可能です。お酢などの民間療法は殺菌効果も薬に比べると僅かしかなく、お酢で皮膚

がかぶれ、さらなるトラブルを招くことがあります。

爪の水虫は、塗り薬ではなかなか薬が浸透しにくいいため飲み薬を根気強く飲むことで治療が可能です。肝臓の機能の悪い方は内服できないこともありしますので、かかりつけの先生や専門医に相談してください。

爪の水虫は、身近な人うつしやすしい感染症です。感染源にならないうちに治療しましょう。治療しない限り、周りの人への感染を絶ち切ることは出来ません。大切な人のために、まずはすぐに皮膚科を受診してください。



【アドバイザー】

三宅伸完さん・みやけただひろ 平成18年、産業医科大学卒業後、宗像水光会総合病院、熊本労災病院、金沢医科大学病院を経て、現在は産業医科大学病院に勤務。毎週木曜日に鞍手町立病院皮膚・形成外科に勤務。

爪の切りすぎや、靴による圧迫で皮膚に食い込む場合があります。一度専門医に相談してみましよう。