

クローズアップ

今、「旬」の人や団体を紹介します。



生産者とともに地産地消の推進に尽力
北はりま農産物直売所「北はりま旬菜館」店長
藤本 美千代さん

自分の畑のように、毎日来てほしい

北はりま農産物直売所「北はりま旬菜館」が今年7月、来客100万人を達成。店長の藤本美千代さんは、生産者とともに農産物の地産地消に取り組んでいます。

* * *

北はりま旬菜館は農家の育成や地産地消の推進を目的に、平成23年7月に設立。地元で採れた新鮮な農産物や切り花、それらを使った加工品など、約430人の生産者らが自慢の商品を販売しています。オープン以来、旬菜館は生産者とともに成長してきました。

た。藤本さんは生産者に包装方法を助言をしたり、農産物の種類や生産者がすぐに分かるような陳列方法を考えたり。また、野菜ソムリエの資格を取得して野菜や果物の知識を身に付け、お客さんに調理や処理方法を伝えたりもしています。オープンから10年目を迎える今では、毎日来店するお客さんや、お気に入りの生産者を見つけるお客さんがいるほどです。

新型コロナウイルス感染症が拡大し、移動が制限されるようになってからは、地元で購入でき、生産者の「顔」が見える安全・安心な農産物を求めて、旬菜館は連日大にぎわい。来客100万人達成は、想定よりも早い突破となりました。

これから実りの秋を迎えます。藤本さんは「種類が豊富なサツマイモやカキなど、新鮮な野菜や果物が並ぶ旬菜館を『自分の畑』のように思ってもらってほしい」と話しました（11ページに関連記事）。



西脇病院 地域に信頼される良質な医療を提供します
☎22-0111 ☎23-0699

病院からのお知らせ

西脇病院へお越しの際には、**マスクの着用と自宅での検温にご協力ください。**発熱などの症状があり受診する場合は、事前に病院へご連絡ください。

また、新型コロナウイルスの感染防止のため、西脇病院では次のとおり対応しています。変更がある場合は、病院ホームページなどお知らせします。ご理解いただきますよう、お願いします。

○教室関係の中止など
広報紙に掲載する教室など



皮膚科部長
藤川 義明

健康バンザイ 169

帯状疱疹（ヘルペス）のはなし③

今回は帯状疱疹で問題となる痛み（神経痛）について説明します。

帯状疱疹によって生じる痛みは、発症後、平均すると3カ月くらい続くといわれています。長いと数年にわたって

は、中止・延期することがあります。

○面会の禁止
入退院の付き添いや病院が来院を依頼した方、洗濯物などを受け渡しする場合を除き、**原則面会は禁止**します。

▼問合せ 管理課（病院内線367）

糖尿病教室

▼とき 9月25日（金）午後2時～3時／申込不要

▼ところ 病院講堂（2階）

▼内容 「糖尿病と感染症・シックデイ」「糖尿病の薬の疑

問を解決！「飲み忘れやシックデイの時の対処法とは」／変更することがあります

▼持ち物 糖尿病手帳、お薬手帳（お持ちの方のみ）

▼問合せ 内科（病院内線535）

はなみずきの会

乳がんについて話し、ともに歩んでいきませんか。他の医療機関で治療を受けていても参加できます。

▼とき 9月26日（土）午後2時～4時／申込不要

▼ところ 病院講堂（2階）

く、最近は腎臓が悪い人にも使用しやすい薬「アセトアミノフェン」を使うことが多くなっています。この薬剤は以前は海外での使用量と比較して少ない量しか使用できず、痛みを抑える効果も他の痛み止めと比べて弱く、問題でした。最近は海外と同程度まで使用できるようになり、他の痛み止めと比較しても遜色ない効果が得られるようになってきています。

帯状疱疹の痛みは基本的に神経痛なので、局所を温めることも疼痛の軽減に効果があることが多いです。また、

神経痛が続くことで脳が疼痛を記憶し、感じる痛みもあるといわれています。以前はそのような痛みに対する薬はありませんでしたが、現在はもともととてんかんの薬であった「プレガバリン」が使用できるようになっています。なお、プレガバリンは内服開始後の1週間程度はふらつきが出現することがあり、注意が必要です（徐々に改善するといわれています）。

疼痛が激しい患者さんには、疼痛治療を専門とするペインクリニックを紹介することもあります。

▼対象 乳がん経験者とその家族

▼内容 「交流会」

▼参加費 非会員のみ500円必要

▼問合せ 乳腺外科 三輪
(☎22-0111)@nishiwaki-nyugan@yahoo.co.jp)

エントランスホールギャラリー

藤原貴実代さんによる鉛筆画を展示します。

▼とき 9月1日（火）～25日（金）

▼問合せ 管理課（病院内線364）

市民の皆さんのまちづくり活動を紹介します

みんなでまちづくり♪

「比延地区のよいところ写真」を募集～年間カレンダーを作成します～

見どころいっぱい比延地区内で撮影した写真を募集します。応募作品の中から12作品を選び、令和3年の比延地区年間カレンダーを作ります。

▼テーマ 比延地区の風景写真

▼応募資格 なし（どなたでも可）

▼応募方法 応募用紙に必要事項を記入し、写真（2Lサイズ）の裏面に添付して、左記へ持参または郵送。応募用紙はコミュニティセンター比延地区会館「こみせん比也野」、黒田庄地区会館「黒っこプラザ」、生涯学習まちづくりセンター、市民会館、社会福祉協議会などで配布しています

▼応募締切 9月30日（水）／消印有効

▼その他 応募は一人2点以内、未発表の写真に限りません

▼応募・問合せ 〒677-0033 西脇市鹿野町720-1 比延地区自治協議会（こみせん比也野内）☎24-0120

いきいきにしわきっ子



りん 篠倉 凛
10カ月

元気にすくすく成長してね
玄樹・智美（高田井町）

いきいきにしわきっ子を募集しています。写真と紹介文、連絡先を市役所2F秘書広報課へ郵送またはご持参ください。