南地区インフォメーション

地域の情報をお届けします

わが家の薬箱（くすりばこ）

medicine box

今月の先生

ラサ内科皮膚科クリニック 院長 諸橋先生
（日本東洋医学会漢方専門医）

テーマ　手荒れと漢方

乾燥して寒い季節になると、決まって手荒れに悩む女性が増えてきます。カサついてかゆいくらいならまだ軽症で、コマーシャルに出てくるような、横にパックリ亀裂が生じている方は、見るからに痛々しく気の毒に思います。

手荒れは漢方的に考えると、手の水分不足と手に熱があるために生じる病態です。漢方では陰陽、表裏、寒熱、虚実の八種類の概念を体の病態に当てはめて診断し、治療します。手荒れは陽、表、熱、実の病態として診断しています。治療は水分を補い、熱を冷ます処方を行い、石膏という生薬を主薬に用います。漢方はごく一部の例外を除き、二種類以上の生薬を組み合わせて処方を作ります。石膏、麻黄、薏苡、大棗、甘草、生姜の組み合わせの漢方薬の内服で、大抵の気の毒な手荒れの患者さんが、短い期間で驚くほど軽快しています。

たかが手荒れといえども、内服して体の中から治療していかないと治らない場合も少なくないようです。手荒れと漢方というと、一見結びつかない印象があるかと思いますが、選択肢の一つにしてもいいと思います。

ラサ内科皮膚科クリニック

診療科目／皮膚科、内科
診療時間／月・火・木・金　9:30〜12:30、15:00〜18:30
　　水　13:00〜18:30
休診日　／土・日曜日、祝日、水曜日午前
　　※第2・4土曜日午前は診療します。
住所　／中央区南笹口1-1-30 アメニティオアシス1F
TEL　／247-3811
駐車場　／7台
http://www.lhasaclinic.com/

中高校生のバンド演奏&フリートーク〜とやのっ子まつり〜

とやのっ子まつりは、中高校生が日ごろ取り組んでいる音楽活動などの発表の場として開催します。中高校生の皆さん、言いたい放題しませんか？ 大人の皆さん、中高校生の言いたい放題を一緒に聞いてみませんか？

会期　12月21日（日）
会場　鳥屋野地区公民館4F ホール
内容　①バンド演奏　13：00〜14：30
　　出演バンド：LONELY ROCK、CLAP JAM、MONT BLANC
　　②フリートーク　15：00〜16：00

お問い合わせ
鳥屋野地区公民館 TEL.285-2371

ボランティアグループ エンライトン 新潟市中央図書館ほんぽーと 主催イベントのご案内

★家族を楽しむ大人力養成セミナー PART1
日時　2009年1月11日（日）　13：00〜14：00
会場　新潟市立中央図書館ほんぽーと3F ビーンズホール
内容　絵本&おてて絵本読みまショー
　　（読み聞かせ&おてて絵本講座）
出演　安藤哲也さん（NPO法人 ファザリングジャパン代表理事）
　　佐藤伸さん（新潟市在住絵本作家）
料金　500円（高校生以下無料）

★父親っていな（パネルディスカッション）
日時　2009年1月11日（日）　14：00〜16：00
会場　新潟市立中央図書館ほんぽーと3F ビーンズホール
出演　安藤哲也さん（NPO法人 ファザリングジャパン代表理事）
　　佐藤伸さん（新潟市在住絵本作家）
　　江口歩さん（新潟お笑い集団NAMARA代表）
料金　500円（高校生以下無料）

★家族を楽しむ大人力養成セミナー PART2
日時　2009年1月12日（月・祝）　14：00〜16：00
会場　新潟市立中央図書館ほんぽーと3F ビーンズホール
内容　家族を楽しむための大人力って？
　　（パネルディスカッション）
出演　藤田市男さん（新潟市在住エッセイスト）
　　ちゃい文々さん（新潟市在住エッセイスト）
　　乙川ヤイさん（子育てアドバイザー、元新潟市保育園園長）
料金　500円（高校生以下無料）

お問い合わせ
ボランティアグループ エンライトン
TEL&FAX 243-1019（渡辺）

小黒三郎の組み木展

組み木は、木片同士をはめ込む遊びでパズルのような遊び方もできます。木片を手でつかみ、形をぴったりと組む過程で、考える・推理する力が試されます。

期日　〜12月7日（日）　10：00〜17：00（入館16：30）
休館　12月1日（月）
料金　大人550円、小・中学生100円
※幼児・障害者手帳をお持ちの方は無料です。

新潟県立自然科学館
中央区女池南3-1-1　TEL.283-3331
ホームページ http://www.lalanet.gr.jp/nsm/

くいしん坊 あつまろう!! 冬休み"わくわく"クッキング

日時　12月25日（木）　10：00〜13：00
会場　南地域保健福祉センター3F
内容　①お話・レクリエーション
　　②料理・お楽しみ
対象　小学1〜6年生
定員　先着24人（定員になり次第締切）
料金　300円
主催　中央区食生活改善推進委員協議会 鳥屋野グループ
※エプロンと三角巾を持参してください。

お問い合わせ・お申し込み
TEL&FAX 284-3472（小川）

がんばれ！アルビレックス！ アルビレックス インフォメーション

Albirex NIIGATA

今年のナビスコカップでは、J2時代から切磋琢磨してきた大分トリニータが初タイトルを獲得し、私たちにも希望を与えました。われらが新潟も、来季はこれに続いてほしいものです。

さて、アルビレックス新潟はリーグ終盤戦、強豪相手にいい試合をしながらも、なかなか勝ち点に結びつかず、苦しみながらもJ1残留に向けた戦いを続けています。次へとつながる、気迫あふれるプレーを選手たちが見せてくれていますので、選手・監督・スタッフ一丸となって、J1生き残りを賭けて奮起してくれると思います。

残りのホームゲームでは、皆さまの声援が選手たちの大きな力になります。満員のスタジアムで、歓喜の瞬間を一緒に迎えましょう。

南地区 NEW OPEN

忘新年会は本格中華で！

香来飯店（こうらいはんてん）

11月5日にオープンした本格中華のお店。ハルビン出身の店主は中華料理一筋25年の腕前、「中国料理 張園」で修行を積み、この度念願の店舗オープンとなった。イチオシは、具材たっぷりの中華飯（690円）やボリューム満点の日替わりランチ（680円〜）。また、大勢で楽しむなら4名から料理8品＋飲み放題付きのコース料理（3000円〜）がオススメ。仲間同士の忘新年会などでも利用できる。

隣接するコインパーキングを利用した方は食事代が5%OFFになるサービスを実施中

中央区米山4-19-11
☎244-3956
㊡11:00〜15:00
　17:00〜22:00
㊡無休

ソフト整体&足つぼでリラックス

りらっくするーむ 楽凛（らくりん） 中央店

10月1日、楽凛 中央店が県内11店舗目としてオープン。ソフト整体（手技による筋肉のほぐし）と足つぼ、眼精疲労コースの3つのコースがある。どれもがリーズナブルな価格設定で気軽に利用することができる。12月31日（水）まで、注文したコースに無料で眼精疲労コース（通常価格1260円）をプラスするキャンペーンを実施中。この機会に、日ごろの疲れをリフレッシュしてみては。

店内には個室（1室）とキッズルーム併設の個室（1室）もあり。予約時に伝えるだけで利用可能

大通
鳥屋野
サンケイ
サンケイ
ローソン
ローソン
ローソン