

# みんなの掲示板

地域の情報をお届けします

## 鳥屋野中学校の伝統行事 第24回 葦の芽完歩大会のお知らせ

33.3キロをひたすら歩く過酷な行事。今年も地域の皆さまの参加を募集します。健脚自慢の方、ふるってご参加ください。

日時 5月16日(土) 集合7:30  
 集合 やすぎ堤 昭和大橋たもと(新潟会館裏側)  
 服装 動きやすい服装(ジャージなど)、帽子、スタッフジャンパー、歩きやすい運動靴  
 持物 タオル、しおり、筆記用具、昼食  
 ※電話でお申し込みの場合は、火・木・金曜日8:30~12:30にお電話ください。  
 ※FAXでお申し込みの場合は「完歩大会参加希望」とお書きの上、氏名、住所、電話番号、FAX番号をお書き添えください。  
 ※当日現地集合となります。しおり、スタッフジャンパーは当日の朝に受付にてお渡しします。

お問い合わせ・お申し込み  
 TEL.090-2063-8528(佐野・久保) FAX.285-7202(24時間受付)

## 子ども茶道クラブ 会員募集

おいしい和菓子とお抹茶をいただきながら、日本文化の素晴らしさを体験しませんか。

日時 第2・4土曜日 10:00~12:00  
 会場 東地区公民館3F 和室(中央区蒲原町7-1)  
 会費 1回1,000円(無料体験もできます)  
 対象 小学3年生~高校生  
 ※無料体験は、道具などの持ち物は不要です。

お問い合わせ・お申し込み TEL.245-0421(狩谷)

## 女声コーラス「コーロ・アミーカ」合唱体験会

日時 5月20日(水) 19:00~21:00  
 会場 新潟市音楽文化会館 練習室No.13  
 内容 木下敦子 作曲・岸田裕子 詞「花のかず」から2曲、足おと・曇り日なら。指導者は滝沢優子です。

お問い合わせ・お申し込み  
 TEL.284-0867(中野) TEL&FAX 269-4510(加藤)

## 新潟県立自然科学館 5月のイベント

★KARAKURIワンダーランド  
 ~ロンドン発・アートなカラクリふしぎ体験~  
 期日 ~5月17日(日)  
 ★日本の宝 からくり人形ショー  
 日時 5月2日(土)~4日(月・祝)  
 ①11:00~、②12:30~、③14:00~、④15:30~  
 会場 1F講堂  
 内容 越後大塚からくり館人形師・日根之和氏をお招きし、日本の宝からくり人形ショーを行います。

★江戸独楽の世界  
 日時 5月9日(土) ①13:00~、②15:00~  
 会場 1F科学室  
 内容 洒落と粋の心を忠実に再現する、新潟江戸独楽第一人者・平林正志氏をお招きします。

新潟県立自然科学館  
 中央区女池南3-1-1 TEL.283-3331 FAX.283-3336  
<http://www.lalanel.gr.jp/nsm/>

## 地域活動センター スワン通所者募集

交通事故や病気の後遺症で、なかなか社会参加できない方。当センターにいっしょに、居場所を見つけませんか?

日時 月~金曜日 9:00~15:00  
 会場 地域活動センタースワン(江南区花ノ敷322-2)  
 内容 資源回収、簡単な内職、野菜栽培など  
 対象 新潟市在住で高次脳機能障がい、そのほかの障がいがあり、手帳をお持ちの方。  
 ※毎日通わなくてもいいです。マイペースでいきましょう。  
 ※送迎は相談に応じます。

お問い合わせ・お申し込み  
 随外協友会の会「スワン」 TEL.080-5433-3225(石井)

## 21世紀を担う子どもたちのために ~職場と家庭 心のワークライフバランスに向けて~ カウンセリング体験事例発表会

日時 5月31日(日) 13:00~16:30  
 会場 黒崎市民会館(西区鳥原909-1)  
 料金 1,000円  
 ※お問い合わせ・お申し込みは20:00以降にお願いします。

お問い合わせ・お申し込み TEL.274-4215(金子)

## カウンセリング勉強会 開催

★青山教室  
 日時 5月9日(土) 14:00~16:30  
 会場 青山コミュニティハウス(西区青山6-16-20)  
 料金 500円(初回無料)  
 お問い合わせ TEL.267-9764(渡辺)

★新潟教室  
 日時 5月17日(日) 14:00~16:30  
 会場 駅南コミュニティセンター(中央区米山4-12-20)  
 料金 500円(初回無料)  
 お問い合わせ TEL.245-1787(佐藤)  
 ※お問い合わせは20:00以降にお願いします。

## 新潟まちの駅 5月のイベント

★ピアノ・青木昌己の妻である 癒しのアフタヌーンコンサート  
 日時 5月15日(金) 14:00~16:00  
 料金 1,000円(コーヒー付き)

★ワンコインで演芸とお茶の間(映写会)  
 日時 5月18日(日) 13:00~16:00  
 内容 映写会「喜びも悲しみも幾年つき」  
 料金 500円

★新しい葬儀について(パートII)「最後は自分らし」  
 日時 5月21日(木) 13:30~15:00  
 講師 本間義康さん(公益社 代表取締役)  
 料金 500円(コーヒー付き)

★魅惑のナイトジャズ  
 日時 5月22日(金) 18:30~20:30  
 内容 青木昌己(ピアノ)、中村柄吉(ベース)、植木俊昭(ドラムス)  
 料金 一般2,500円、会員2,000円(ドリンクつづき付)※要予約

★一緒に歌おうカラオケで  
 日時 5月25日(日) 13:30~15:30  
 料金 500円(コーヒー付き)

お問い合わせ・お申し込み  
 新潟まちの駅 中央区上近江1-5-13 TEL.210-7870

# わが家の薬箱



## テーマ

### 頭痛と漢方

漢方の世界では、体は〈気〉と〈血〉と〈水〉の3種類から形成されていると仮定して、病気の診断・治療をしています。

頭痛は〈水〉の異常として捉えて治療すると、かなりの手応えがあります。もちろん、脳腫瘍や脳血管異常がないか、脳CT・MRIを施行して、器質的疾患を除外した上で考えます。

気候の変化、すなわち気圧の微妙な変化で頭痛が悪化する方が多いようです。脳脊髄液の量が微妙に増加して脳圧が上がるのか、あるいは動脈内の血漿の量が増加するのかが。漢方では〈水腫〉として治療すると、「おしっこがたくさん出てびっくりした」という訴えと同時に、いつもなら寝込んでしまう症状が、何とか普通に生活できたと喜んでいただいています。

タクシャ、ブクリョウ、ソウジュツ、ケイヒ、チョレイからなる処方を用います。この薬は、西洋薬の利尿剤のように体の余分な水分を排出してくれます。しかし、脱水になるような副作用はなく、赤ちゃんのミルク吐きに処方しているくらい、体に優しい薬です。

もちろん、これ以外にもそれぞれの患者さんに応じた、異なる漢方の処方たくさんあります。

頭痛と漢方という、一見結び付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よいと思います。

## 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 9:30~12:30, 15:00~18:30  
 水 13:00~18:30  
 休診日 土・日曜日、祝日、水曜日前午  
 ※第2・4土曜日前午は診察します。

住所 中央区南笹川1-1-30  
 アメデオアンス1F  
 電話 247-3811  
 駐車場 7台  
 HP <http://www.lhasaclinic.com/>



# NEW OPEN

## 話題の山形らーめんが満を持して駅南に登場!

らーめん家 天幸

4月12日、山形発祥のゲン天らーめんを引っさげ「らーめん家 天幸」がオープン。煮干しをベースにしたあっさりめの醤油スープ、そこに揚げたてのゲン天が入ってボリューム満点です。ピリ辛味噌がうま味を引き立てる「辛みそらーめん」や、濃厚卵を使ったミニ丼「玉子かけ丼」もおススメ。



写真手前の辛みそらーめん(630円)と奥のゲン天らーめん(730円)はともに人気の一品



中央区米山1-6-9 1Bビル1F  
 ①248-1235(要予約)  
 11:00~15:00(14:30ラストオーダー)  
 ②17:00~24:00(23:30ラストオーダー)  
 ◎無休

## 食材すべてにこだわり サクッとジューシーとんかつ

かつ久亭 女池店

4月16日、長岡の名店・かつ久亭が女池に登場。柔らかい肉質・上品な脂身が身上の肉際もちぶた。それを油切れのいい特製パン粉で包み、植物油でカラリと揚げて提供します。安塚の棚田で採れた米、低農薬キャベツなど、どの食材にもこだわりが。店の心意気を堪能してください。



肉際もちぶたのローズを使った「もちぶたローズかつ定食(中1,522円)」は一番人気



中央区女池5-7-10  
 ①280-1888  
 ②11:00~22:00(21:30ラストオーダー)  
 ◎無休  
 ③40台