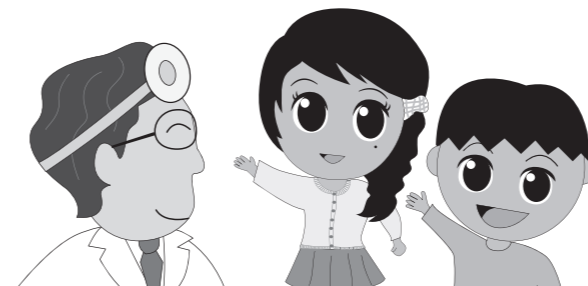


場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) ☎22-2299	3月1日(火) 午後2時～3時30分	◎ママのミニ学習会「からだ編」～生活リズム・おいしい・たのしい離乳食&食事～ 申…2月29日(月)まで
	3月4日(金) 午前10時30分～11時15分	◎家族みんなで楽しもう！～えいごであそぼう～
	3月16日(水) 午前10時30分～11時15分	◎親子ふれあい歌遊びを楽しもう！
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	3月10日(木) 午前11時15分～11時45分	◎えいごであそぼう！ 講…市国際交流員
	3月11日(金) 午前11時15分～11時45分	◎音楽であそぼう！ 講…川出朋子氏 ※わらべ歌を歌ったり、音楽に合わせて体を動かしたりして遊びます。
	3月14日(月) 午前10時30分～正午	◎えほんのおはなし 対象者…乳幼児を持つ親・祖父母 申…3月11日(金)まで ※赤ちゃんから幼児期前半くらいのお子さん向けの絵本を中心としたお話し
鬼怒川親子ふれあいひろば (藤原保健センター内) ☎76-0881	3月4日(金) 午前10時～正午	◎ひだまりサロン～新聞紙であそぼう～ 講…オピニオンリーダー 費…50円
	3月8日(火) 午前11時～11時30分	◎えいごであそぼう 講…市国際交流員
	3月22日(火)～25日(金) 午前10時～正午	◎作ってあそぼう～春休み～ ※おもちゃを作って親子で遊びましょう
足尾親子ふれあいひろば (足尾認定こども園) ☎54-3001 (日光親子ふれあいひろば)	3月15日(火) 午前10時～正午	



# 元気予報

にし かわ かず あき  
今市医師団幹事 西川クリニック 西川 和明

## 声の異常

声がかすれたり、出にくく感じること、しばしばあると思えます。その原因のほとんどは上気道炎であり、通常は数日で治癒します。しかし、中にはなかなか声が改善しないケースもあります。このような場合には、どのような疾患が考えられるのでしょうか。

良性の疾患としては、声帯ポリープと声帯結節があります。これらは、いずれも声帯に腫瘤ができる疾患です。声帯に腫瘤ができると発声時に声門の閉鎖が不完全となり、空気が漏れたような、かすれた声になってしまいます。いずれも、手術による切除で声は改善します。

ただし、声帯を酷使する職業(教師・歌手)や趣味(カラオケ・詩吟)が発症に関連しているため、再発も多いとされています。再発予防のためには、生活習慣改善も重要となります。

悪性の疾患として多いのは、喉頭がんです。声がかすれるメカニズムについては、声帯ポリープや

声帯結節と同様ですが、この場合は腫瘍が悪性です。放置していると生命に関わることになります。この疾患は、喫煙者、特に男性の喫煙者に好発することから知られています。男性の喫煙者で、長引く声のかすれのある人は、可能性が高いので早期に医療機関の受診が必要です。早期に治療を開始すれば、放射線治療により声の温存も可能です。治療成績も5年生存率90%程度と良好です。

もう一つの悪性疾患として重要なものは、反回神経麻痺です。反回神経とは、声帯の運動をつかさどる神経のことで、これが障害を受けると声帯が麻痺し、声門の閉鎖が不十分となります。麻痺の原因にはさまざまな疾患があります。が、ときに悪性腫瘍が原因となることもあります。具体的には、甲状腺がんや食道がん、肺がんなどです。しばしば声の異常から、これらのがんが発見されることもあります。

声の異常と聞くと、軽く考えてしまいがちですが、ときに悪性の疾患が隠れています。早期の受診を心がけましょう。

# 市民文化

<p>川柳</p> <p>佛にも鬼にも見える道祖神</p> <p>社参ウオーク権現様に逢いに行く</p> <p>たてまえと本音の間境なし</p> <p>大晦日迷信担ぎそばを食べ</p> <p>「ことしこそ」言っではみたが空回り</p> <p>俳句</p> <p>初男体どっしり聳ゆ西の端に</p> <p>左義長の炎に願ひ託しけり</p> <p>寒星と紛う夜間飛行の灯</p> <p>選者 山本都留米</p> <p>青木照雄</p> <p>青木林吉</p> <p>植竹勝</p> <p>植田義雄</p> <p>宇賀神サク子</p> <p>伊藤 清</p> <p>福田美代子</p> <p>星野シズ</p> <p>星野恒志</p>	<p>短歌</p> <p>男体の雄々しき姿初明り</p> <p>山嶺に冬の星殖え輝きて</p> <p>筆を置きかすむ眼拭い合掌す元日写経のようやく終えて</p> <p>ささやかな一日のおごり柚子うかべ香に浸りつつ来し方思う</p> <p>篝火に灰かに御座す地藏尊除夜の凡鐘の心にひびく</p> <p>足もつれ転びてもなおつかまんとす迫り来る老いを受け入れ難く</p> <p>寒冴えて老梅の花色づきて目に鮮やかに心も和む</p> <p>選者 阿久津伸一</p> <p>根立郷美</p> <p>狐塚昭子</p> <p>池田三夫</p> <p>池田三夫</p> <p>吉原由美子</p> <p>植竹勝</p>	<p>作品を募集しています</p> <p>氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メールでご応募ください(二重投稿は不可)。</p> <p>なお、漢字には、ふりがなを明記してください。</p> <p>応募先およびくわしくは</p> <p>秘書広報課 広報広聴係</p> <p>☎(21)5135・FAX(21)5109</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------