

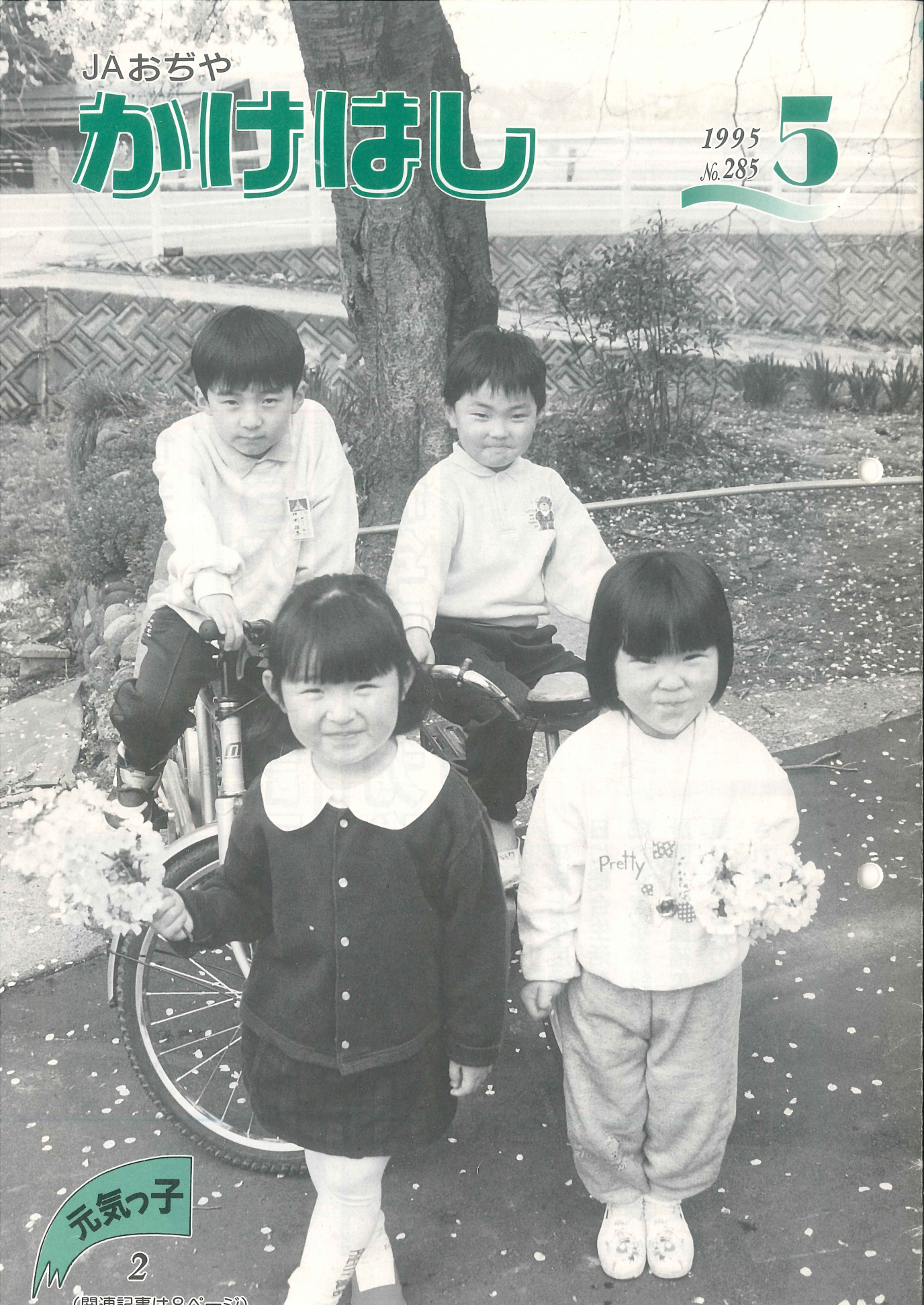
JAおぢや

かけはし

1995

No. 285

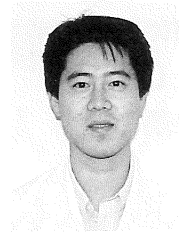
5



元気っ子

2

(関連記事はロペーン)



五十肩について

J A 厚生連魚沼病院
整形外科 吉野 匠

肩関節は四足動物では歩行のためにありますが、人類では起立生活をするようになり、物を持つ、投げるなどの動作も可能となりました。肩は人体関節の中で最大の可動域を有しており、何らかの原因で運動障害をきたすと、私たちは日常生活においてたいへん不便を感じるようになります。

さて、今回は数多くある肩の疾患の中で、日常最もありふれた五十肩についてお話します。

五十肩は中年以降に発症する、明らかな原因を認めない疾患で、肩関節の疼痛と運動制限をきたすものです。原因にはいくつかの説があり、いまだ謎に満ちた疾患ですが、加齢的退行変性（つまり老化現象）が基盤にあることは確かかなようです。肩関節の周囲組織は反応性に炎症を起こし、そこに疼痛が出現するために肩を動かせず、次第に周囲組織は癒着して運動障害が起こります。

疼痛は夜間や寒冷時に強く、痛みのために目がさめることもあります。痛みは二、三週間にはわたって増悪しますが、その後一、三カ月を経て軽減し、布団の上げ下ろし、結髪、エプロンの紐結びなどの動作が困難な、運動制限が主体となります。完治には六カ月～一年を要します。

診断は、これらの臨床症状とX線撮影、関節造影などの検査により行なわれます。治療は、疼痛が激しい場合は、まず三角巾などによる局所の

安静が必要ですが、内服薬や注射などの薬物療法とともに、なるべく早期に運動療法を行なうことが重要です。医師や理学療法士の指導のもと、適切な運動を行なってください。しかし、難治例にはパンピング療法（癒着して縮小した関節腔内に生理食塩水を注入し、内部から癒着を剥離するもの）や他動的用法療法などを行なうこともあり、まれに手術的治療を要することもあります。

以上、五十肩について簡単にお話しましたが、肩の痛みといっても他にさまざまな疾患がありますので、痛みを感じたら、できるだけ早期に専門医の診察を受け、適切な治療を受けることをおすすめします。

魚沼病院 休診のお知らせ

（4週6休のため）

5月13日(土)、5月27日(土)

6月10日(土)、6月24日(土)



過失の意義 と注意義務

〈問い〉過失の意義と注意義務について、教えてください。

〈答え〉人身事故は交通機関によってひき起こされた、人の死亡や人に対する傷害のことです。それが処罰されるのはなぜかというと、車両運転の業務に従事する者は自分の不注意によっての事故を防止すべき義務を負っているのに、不注意で事故を防止できなかったからなのです。これが「過失」といわれるものです。

過失は「認識なき過失」と「認識ある過失」に分けられます。「認識なき過失」は過失の典型的なもので、ぼんやりして運転していたために横断者に気付かず接触するとか、交差点を何の気なしに疾走して他方向か

ら進行してきた他車と衝突するような事例がこれに当たります。

「認識ある過失」とは、横断者を発見したが、その横断者が立ち止まってくれると思って進行して接触するとか、交差点で他方向から進行してくる他車を発見したが、自分が先に通過できるとして進行して衝突するという事例がこれに当たります。

ところが、接触や衝突するかも知れないが、事故になっても構わないと思って運転して、人を死亡させたたり負傷させたりすると、もはや過失とは言えなくなります。刑法上の「未必の故意」となって、傷害罪または殺人罪として処罰されるのです。

以上の通り、運転者は事故を起こさないように、絶えず注意して車両を運転しなければならぬ注意義務を負っているのです。

次回も引き続き注意義務についてお話しします。

小千谷市農家生活改善協議会（市、J A 小千谷市、J A 片貝町、北魚沼農業改良普及センターで構成）では、みそ汁の良さを見直し、普及啓蒙しようと、冊子を作成しました。今回の冊子は、以前の米、大豆に続く第三弾です。

見直そう 日本の味

みそ汁編

パン食が増え、洋風化した食事を多く摂る食生活が進むに当たって、子供の成人病予備軍は確実に増えています。食事のバランスを良くするためには日本型食生活が望ましく、また野菜の摂取不足の解消に、みそ汁は欠かせない要素です。

生活日記

生活課・佐藤

料理いろいろ



さわやかな5月は、緑色のアスパラガスがピッタリ合う季節です。みずみずしさを食卓で楽しみたいものです。

アスパラガスの 牛肉巻きフライ

〈材料〉…4人分

アスパラガス（太めのもの）8本、牛肉（薄切り）8枚、小麦粉・とき卵・パン粉は各適宜、レモン・パセリは各適宜、揚げ油、塩、コショウ

〈作り方〉

- ①アスパラガスは根本の堅い部分を切り落とします。
- ②牛肉は1枚ずつ広げ、軽く塩、コショウをふります。
- ③アスパラガスの穂先を3cmほど残して、牛肉を1枚ずつくるくると巻きつけます。
- ④牛肉を巻いた部分に小麦粉、とき卵、パン粉の順にフライ衣をつけ、175℃に熱した揚げ油でカラッと揚げます。
- ⑤丸ごと1本か、斜め半分に切って盛り、くし形切りのレモン、パセリを添え、揚げたてにレモン汁を絞ってかけて食べてください。



▲みそ汁の良さを見直そうと、冊子を作成。

みんなで食べる食卓を大切にしましょう。そして、食べる・作る・伝承する食文化を再認識することが重要だと思います。

この冊子は婦人部大会で参加者に配布したほか、今後開催する料理教室、介護教室等でも活用することになっています。