

おたよりコーナー

近況、出来事
など...



●福津市広報誌10月号の記事で福津市の検診・健診の受診率がありました。その内容から平成29年度のがん検診受診率は10%未満、福津市国民健康保険加入者対象の特定健診では約37%というものでした。この数値はどう考えていいのかわかりませんが、素人判断でも決して高いものではないのではと感じます。未受診者の中には人間ドックを受けているから受けない人もいるかもしれませんが、私自身人間ドックの受診費用を考えると人間ドックの受診は無理です。県外に住んでいた私の兄も市の健診をたまたま受け（毎年ではなく）、怪しいところが見受けられ、専門医での検査を勧められました。しかし、病院嫌いのためそのままにしていたところ2年後にはがんを発病し亡くなりました。自分の体ことは自分しかわかりません。このことは自分が健康維持するための意識と少しの体調変化にも注意しておけばある程度、病気は防げる、発病を遅らせることが出来るのではというのが私の考えです。この一つの手段として市の検診・健診の受診です。今後福津市も含め日本はますます高齢化していき、これに伴い健康保険・介護保険は上がる可能性はあります。それを少しでも防ぐため日頃から健康の維持に務めることは大切だと思います。（若木台・I様）

●東北便り

仙台は昼間半袖、夜具はタオルケットだけの暑い9月でした。涼しいと

考えていたのが間違いで、福岡に戻って来ても今だ半袖の生活に秋は何処へ行ったのかしら？マーケットには栗も柿もありますが体温に合いません。台風は恐ろしい風で一晩中寝られませんでした。本当に温暖化の為でしょうか？月は光こうと照り青空には飛行機雲で幾何学模様を画いています。なんと美しい！ぼんやり見ていたらアイスが食べたくなりました。10月突入で税金劇場の始まりー。これからの生活と自然はどうなるでしょうか？東北の被災地を思います。（中央・K様）

●愚輩の少年時代の夢は海外雄飛。半世紀も昔、米国に渡るも目前の現実は儚くも崩壊。ポスドクも早々に撤収。極近、Wisc.を終えて帰国した姪がトランプの米国を美味。矢張り、あの国は（会社）社長には、”ちと”荷が重過ぎたか。悟れ！一国の長、そう簡単なものではないことを・・・！（若木台・F様）

●9月中旬、再びの京都は好天続き。又も娘の荷物持ちだったが、バイオリンの川井郁子、東儀秀樹のライブショーを堪能。団体では晴明神社（女性人気で参拝も長蛇の列）、南禅寺・水路閣（琵琶湖からの水路橋）、銀閣寺と巡るバスの旅。一人離れて鉄道博物館。SL弁当に舌鼓し、SL、新幹線などの列車やその歴史の展示に満足した。また次の日は、世界遺産・古市古墳群をレンタサイクルで巡った。念願の前方後円墳ベスト10の内、第5位を残し、大山～作山古墳を見たこととなった。次回は必ず残りの「河内大塚山」に行き達成をしたいと思いつつ、稔り多い旅だった。（中央・O様）

●ゴーヤを食べ尽くす

あの暑かった夏は何処へ行ったのかと思わせるほど朝晩に冷気を感じる季節になった。西側の窓の外に、ゴーヤの棚のネットが細く枯れたツルをフルフルと風に震わせている。暑さの間、三本の苗から58本のゴーヤが収穫できた。収穫どきを見極めるのは、ゴーヤの表皮の粒だと夫は言う。粒が大きくなると良いそうで、暇さえあれば窓際に寄り、四ツの眼玉でジッとゴーヤを見比べたものである。毎日料理法を変え食卓にのせた。蒸す、炒める、肉詰め、とさまざまに調理して食べると全身の血が元気に循環する気がする。中でも私の一番のお気に入り焼きゴーヤ、半分に切り種を出し、グリルで7～8分焼く。薄く切って花がっおをかけ三杯酢でいただく。夏の定番料理として毎日でも飽きないし、時短料理でもある。土の恵みに感謝し、無駄なく食べ尽くした満足感に浸っている。（西福岡・S様）



おたより大募集♪

皆さまの近況や出来事などお聞かせください♪短い文章でもかまいません。文章は400字以内にまとめてお願いいたします。ご応募お待ちしております。

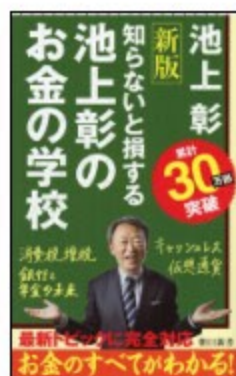
※応募の締切

11月15日まで



あさひのほん

朝日の本



新版 知らないと損する
池上彰のお金の学校
池上 彰

銀行、保険、投資、税金
等お金のしくみについて
丁寧に解説。お金の新常識がすべてわかる。

定価：979円（税込）

新書判並製 312ページ



この世を生き切る醍醐味

樹木 希林

この浮世をぞんざいに生き切る覚悟。あらゆる出会いや運命に感謝する心のもちよう。病や死すらおもしろがる透徹した視点。樹木希林さんの言葉ー

定価：891円（税込）

新書判並製 264ページ

※お求めはASAまでご連絡ください。