

大人の特集

おうちでのんびり

一年で一番寒い季節。暖かいおうちの中で楽しく過ごせる本をご紹介します。

『端切れ10cmから始める1時間雑貨』
……別冊美しい部屋特別編集(主婦と生活社)

『花あわせノート』……井出綾(主婦の友社)

『初心者ピアノ基礎教本』……岡素世(自由現代社)

『キャンドルの本』
……村山百合子ほか(文化出版局)

ほか

子どもの特集

将来なりたいものはありますか？
夢を見つけるお手伝いをいたします。

『しごとば』……鈴木のりたけ(ブロンズ新社)

『仕事の絵本 仕事ってなに？』
……岩川直樹(大月書店)

『知りたい! なりたい! 職業ガイド 土と親しむ仕事』
……(ほるぷ出版)

『発明家は子ども!』
……マーク・カッチャン(晶文社) ほか

ぼくの夢 わたしの夢

話題の最新刊から役立つ文献まで!

【杵築市立図書館】
TEL0978-62-4362

【山香図書室】
TEL0977-75-1055

【大田図書室】
TEL0978-52-3111

【市立図書館公式サイト】
<http://www.ideastore-kitsuki.com/>

【市立図書館携帯サイト】
<https://ilsod001.apsel.jp/kitsuki.city.library/wopc/pc/mSrv>

平成26年2月号

2月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						★
2	3	★4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	★15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

●…休館日
★…おはなし会
※大田図書室はすべての日曜日も休館です。

新着本

★は児童書

【杵築図書館】

『数学ガールの秘密ノート』結城浩(SBクリエイティブ)

『ぼくは戦争は大きらい』
……やなせたかし(小学館クリエイティブ)

『きのこの常備菜』……信太康代(河出書房新社)

『えーっ! これ、言い間違い! ?』
……かおり&ゆかり(飛鳥新社)

★『テメレア戦記』
……ナオミ・ノヴィク(ヴィレッジブックス)

★『にげだした王さま』……宮下すずか(くもん出版)

【山香図書室】

『安眠の科学』……内田直(日刊工業新聞社)

『軍師官兵衛』……(NHK出版)

【大田図書室】

『英傑60人に学ぶ先見力』加来耕三(時事通信出版局)

ほか多数

今日のおはなし会

【杵築図書館】

* 図書館おはなし会(毎月第1火・土曜日)

2月1日(土) 10時30分~
2月4日(火) 10時30分~

* おはなしくらぶ

2月15日(土) 10時30分~

【山香図書室】

* 図書館おはなし会

2月15日(土) 13時~

今月のコレ!

『いわな』
佐藤成史(ポトス出版)

▼いわなの誕生からの1年の生態を、季節の移り変わりとらえながら、わかりやすく描いた絵本。いわなとハリガネムシとのふしぎな関係などを通して、川や森の生きものたちのつながりがわかります。

「不整脈」

循環器内科

山香病院だより vol.80

1, 脈が飛ぶ不整脈

最も多い不整脈で、「期外収縮」と呼ばれます。時には3回に1回規則的に出ている人や、何回かに1回ドキッとすると言う人もいます。

このタイプの不整脈は良性で、健康を害さないことが殆どです。

大分大学医学部循環器内科・臨床検査診断学講座から常勤医の派遣が始まりました。当科の詳細はウェブサイトをご覧いただければ幸いです。今回は私達が得意としている心臓病のなかから、「不整脈」についてお話しします。

不整脈を症状(感じ方の違いで分けてみました。

2, 脈の速くなる不整脈

近年、高齢の人に増えている不整脈で、多くが「心房細動」と呼ばれるものです。

脈が速くなるので動悸を感じることもありますが、人によっては症状が無く、健康診断で初めて指摘されることもあります。

この不整脈の診断は患者さんご自身でも可能です。手首の親指側の動脈に触れるか、わからない時は胸に手をあててください。通常心臓は1分間に60~80回規則的に拍動していますが、これが120回以上になり、不規則(リズムが不整であったら心房細動の可能性が高いです。

心房細動は基本的には良性の不整脈で、きちんと治療すれば寿命が短くなることはありません。しかし、脳梗塞を合併することがあり内服治療が必要です。最近効果の高い

3, 脈の遅くなる不整脈

不整脈は脈の速くなるものと思われがちですが、脈が極端に遅くなる不整脈もあります。元々若いころから脈が遅い人、スポーツをされていて脈の遅い人もいますが、その場合は問題ありません。

脈の遅くなる不整脈が出現した場合は、意識が低下し、最悪の場合は失神したり、体のだるくなったりします。そのような症状があったら、血圧計や、前述した方法で脈を計ってみてください。通常1分間に60~80回であるはずの脈が50回以下になっていたらこの不整脈による症状の可能性があります。症状がひどい場合は、夜間でも救急外来を受診してください。場合によっては緊急治療が必要なものもあります。

不整脈に限らず心臓病について疑問があれば、遠慮なく当科を受診してください。

どです。心配はいりません。ただ、数が多くなると心臓の負担になることがあります。元々心臓病を持っている人や症状が気になる人は受診をお勧めします。

脳梗塞予防の新薬も発売されています。気づいたら一度受診してください。

第56回県内一周駅伝競走大会

2月17日(月)スタート!!

スポンサー

スポーツ振興課新聞

「応援よろこぶ!」
お願いしましょ!!

毎週水曜日 18時から市営総合運動場で合同練習をしています。
走ることが好きな皆さん、健康づくり、身体づくりのために、一緒に走りましょう!