

Anna先生のLife in JAPAN Vol.8



■Anna・George
 ・1987年生まれ。英国ノーフォーク出身。
 ・2010年8月から只見町英語指導助手。
 ・小学校と中学校で語学の指導を行います。

日本の夏はこんなにも暑くなるんだ、ということをお忘れしてしまっていました。学校の各教室は特に暑いんです。イングランドでは、気温は高くなりますが、湿度は低くて過ごしやすいと思います。なので、日本の暑さにはびっくりします。

夏にはたくさんお祭りがありますね。夏休み期間中にあちこちのお祭りに行くのが楽しみです。今年は浴衣を買おうと思っています。今まで買ったことがないので、今からそれを買ったり着たりすることを考えてワクワクしています。

私が只見に来て、そろそろ1年がたとうとしています。時がたつのは本当に早いですね。また1年、日本で過ごせることを楽しみにしています。もっと日本語が上手になって、来年までに少なくとも2000語の漢字を覚えようと思えました。きっとこうやって勉強していくことが、より深く日本の文化を知ることにつながるっていくのだと思っています。

夏休み中は、南会津郡の英語弁論大会に向けての練習をお手伝いします。只見中代表として出場する生徒が一生懸命練習し、精一杯発表ができればいいなと思います。私のようなネイティブにとっても、あんなに長い英文を覚えることはとても大変です。生徒თვისういあと思えます。

今月は尾瀬国立公園に行つてきます。日本の美しい景色を観て、楽しんできます。

(訳・只見中・福地)

広報ただみ診療所

朝日診療所 所長 星野 弘尊

『心筋梗塞について』

暑い日が続いています。暑いかがお過ごしでしょうか。今回は、心筋梗塞についてのお話です。

暑い日が続いていますが、根の部分の太い動脈から心臓の血管へしぼんだ風船を直接いれて、詰まった部分で膨らませます。風船で膨らませただけでは、またすぐに詰まる可能性が高いので、ステントという金属の筒をその部分に留置する治療が一般的に行われています。しかし、その治療は心筋梗塞が発生してから90分以内に行うことが望ましいとされています。只見ではその治療が行えません。会津若松まで行かなければ治療できないのです。会津若松までは移動に120分を要し、適切なタイミングでの治療が困難な地域に皆さんは住んでいます。

塞の危険因子は、脂質異常症、高血圧症、喫煙、糖尿病、肥満、ストレス過多などコントロールできるものと加齢、男性、家族歴などのコントロールできないものがあります。コントロールできるものをつかりコントロールすることで、心筋梗塞のリスクは低減できるでしょう。

心臓というのは全身に血液を送るポンプのような役割をしています。その心臓も血液がないと活動ができません。心臓に栄養を与えている血管を「冠動脈」といいます。その冠動脈が動脈硬化によつて徐々に狭くなり、完全に詰まってしまうと、心筋梗塞となります。心臓に栄養を与えている血管が詰まるので、心臓の筋肉（心筋）が壊死してしまいます。重症の場合、心破裂、致死性不整脈などを引き起こし、突然死となります。

では、どうするか、心筋梗塞を発症しないようにすればよいと考えられます。心筋梗

心筋梗塞は発症すると、10人中3人は病院に到着する前に亡くなります。大切なのは発症の予防であることがわかる数字ですね。生活を見直し、よりよい人生を送りたいものです。病気の相談、禁煙の相談は診療所で受け付けておりますので、気軽にお越しください。

心筋梗塞の治療は詰まった冠動脈の詰まりをとることが治療となります。手や足の付け

心筋梗塞の治療は詰まった冠動脈の詰まりをとることが治療となります。手や足の付け

心筋梗塞の治療は詰まった冠動脈の詰まりをとることが治療となります。手や足の付け