

2022年
クイーン倶楽部だより **11**月号
第237号

ERIN 有限会社エコ・ライス新潟
新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
TEL 0258(66)0070
FAX0258(66)0447
URL <http://www.eco-rice.jp/>
E-mail office@eco-rice.jp

新米を世界へ!



地元のテレビ局の取材を受けました

10月のエコ・ライス新潟は一年間で一番活気があります。会員の皆様に新米のお届けや海外への輸出! コシヒカリにこしいぶき、そして、幻の白藤米まで。



フランスは3ヶ所に輸出



米菓や米粉も輸出します

300g (2合) のキューブ型での依頼で、初めて挑戦しました。手軽なサイズに出来上がり、裏面で会員様向けにもご案内しております。



300gに初挑戦!

その
40

Dr.Nobbyのセルフチェック健康

しこり

昔から「出来もの、腫(は)れもの、ところかまわず」という諺がありますが、出来ものは炎症で、腫れものは腫瘍(しゅよう)のことです。しこりは皮膚や皮下にできたかたまりを指しますが、小さいときはどっちであるか区別が難しいです。大まかに最近発生で痛みと赤みがある場合が出来物、昔から有り、無痛で変色ない場合が腫物といえます。

腫物は医学用語では軟部腫瘍(しゅよう)で、良性腫瘍と悪性腫瘍があります。良性は成長が遅く転移せず、悪性は成長が速く転移します。一般に肩や首にしこりを生じますが、境界が明確で、つまんで痛みがない良性腫瘍がほとんどです。良性腫瘍はゆっくりと成長しますので放置でよいですが、顔面や首すじなど人目に付く場合は、小さいうちに切除したほうが2~3cmの傷跡で済みますが、十年後ぐらい経っての手術は5~6cmほどになり、入院要です。

しこりの問題は良性腫瘍の悪性化です。こぶし大に成長したり、こりこりなしこりが固着したり、大きくなった場合は切除が必要になります。顔面では「ほくろ」が問題となります。ほくろもしこりの一種です。ほくろはメラノーマという腫瘍ですが、悪性化が結構多いです。ほくろは小さい頃から存在していますが、急に大きくなり丸みを帯びていたものが拡大し1cm以上、不正形になり、色が不均一になれば切除すべきです。足裏も要注意で、7mm以上ぐらいで切除します。



中村 信也 (なかむらのぶや)

医学博士。東京家政大学名誉教授、まほろば東京クリニック院長。「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者。