

2019年
クイーン倶楽部だより 9月号
第199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 FAX 0258(66)0447
URL <http://www.eco-rice.jp/>
E-mail office@eco-rice.jp

2019年産新米
稲刈りまであとすこし!

もうすぐ稲刈り。
8月初旬までは天候に恵まれていましたが、お盆を直撃した台風の影響で新潟県内は連日40℃を超えました。

また、その数日後には激しい雨が降ったりと、生産者とお米にとって試練の日々が続いています。

只今、10月からの新米のお届けに向けて準備を進めておりますので、もう少しお待ちください!



8月23日 田んぼの様子



昨年の稲刈りの様子



エコ・ライスHP



こちらをご覧ください

その
02

Dr.Nobbyのセルフチェック健康

だるさ

だるさは一般的で多くの病気が含まれますが、大きく危険性が弱、中、強の三段階に分けます。次の項目で判断して下さい。

- 1 まあまあのだるさがあり、やる気が出ず、ふらつき、吐き気、眠気があるが熱はない。
- 2 強いだるさがあり、熱っぽい。食欲が全くない。しかし、死ぬ感じではない。
- 3 強いだるさがあり、息苦しく、立って歩けない。命の危険を感じる。

この対処は次のようにします。

- 1 は心理的なもので、自律神経症状が多く、気抜け(気虚)的なものですので心配は要りません。人生を変える何かが必要です。
- 2 は急性疾患で肝炎が疑われます。医師の診察が必要で血液検査が必要です。
- 3 は心筋梗塞が疑われます。胸の痛みを訴える人は少なく、強いだるさが全面に出ます。

直ちに病院に行き、処置せねばなりません。

以上、だるさを見分けるにはこれぐらいの簡便さが有用です。



中村 信也(なかもらのぶや)

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。