

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](mailto:office@eco-rice.jp)

新米を世界へ!



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。

地元のテレビ局の取材を受けました



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。

# 中越地震から18年「みんなの防災フェア」に出展!



アレルギー対応米粉クッキーも紹介。ポケモンライスクッキーは子供たちに大人気!  
※エコ・ライス新潟のブース



長岡消防などのデモンストレーション

東日本大震災の翌年から長岡市で開催。楽しく防災を学び体験できるイベントです。  
子どもが楽しみながら防災について知識を深めることで、防災・減害につながります。

## 筑波大生がインターンで来社

コロナ禍で自宅からのリモート中心の孤独な生活から、当社の米の検査体験を通して、米の検査の楽しさを学びました。米の検査の楽しさを学びました。米の検査の楽しさを学びました。



刈りとった米を乾燥機で乾かす。大きさにビックリ!



米の検査も手伝ってもらいました。

よくできました!

## お米とともに エネルギーも生産します

克雪に負けない日本海側で初の縦型両面太陽光パネル設置の地盤調査を開始!



## 新潟県産の食べ比べセットが新登場!

コシヒカリ、こしいぶき、ゆきの精をコンパクトな300gにしました。色々な味を楽しみたい時や贈り物などに最適です。

※詳しくは、「ふるさと特産品冬2022」をご覧ください。

