

クイーン倶楽部だより

2021年
12月
第226号

ERN 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

リアル

「食育」と「防災」出張授業



・男性教員を6年生4名で運ぶ



・折りたためて軽いレスキューボードを説明

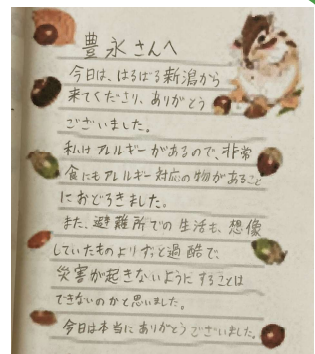


・学校田の米の検査結果発表



・給食はエコライスの「こしいぶき」

→小学生からお礼のお手紙



防災授業では、中越地震で開発された段ボール製の担架「レスキューボード」を先生をけが人役で運びました。

参考URL (安達紙器(株))

<http://www.adachishiki.co.jp/original/287/>

コロナの影響で2年連続で新潟から東京へのリモート授業。お米の授業で学校田で収穫した米は「3等」。初めて学校米検査で等級が付くレベルと説明すると大きな歓声があがりました。

その
28

Dr.Nobbyのセルフチェック健康

セルフチェック (その28)

しこり

しこりは、体内にできた塊(かたまり)のことです。医学的には「腫瘤(しゅりゅう)」といいます。分類では、目に見えるものと、見えず触って分かるものの2型に分かれます。小さい腫瘤を「結節(けっせつ)」と呼び、皮膚結節、皮下結節があります。目に見えない分しこりはかなり大きくなってから触れることがあり、腹部腫瘤が該当しますので、時々さすってチェックしてください。

原因としては、腫瘍、嚢胞(のうほう)、炎症ものなどがありますが、チェックは悪性腫瘍(がん)との区別です。痛みの有無、触ると時の境界、成長の有無が鑑別点です。痛みがない、境界がはっきりしない、最近大きくなってきたが、がんの可能性有ります。がんは小さいと症状を起こさず、成長して腸閉塞、神経浸潤などで痛みを起こします。触って団子のようにツルツとした境界であれば心配要りません。皮膚腫瘤では顔面と足底部の「ほくろ」が要注意です。急に成長してきた、円形が不整形になってきたなどは受診してください。皮下腫瘤の乳がんのしこりは診断価値大です。乳を上下、内外側で四分画すると、上側で外側、つまり脇の下のしこりが要注意です。腕を挙げて脇下の乳にしこりを触れたらお手上げで受診してください。子宮筋腫は臍の奥に丸いのを触れたら子宮筋腫の可能性がありますが、良性腫瘍です so かなり大きいと手術になります。卵巣と子宮頸がんはしこりでは見つからず検診せざるをえません。



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。

新入社員紹介



ヴィヴァ・ナタナエルさん

Vivat Natanaele



11月に入社いたしましたヴィヴァ・ナタナエルと申します。南フランス出身で来日してから5年目、新潟に来てからは2年目になります。故郷はアルデッシュ県で栗の木、野リンゴの木、山羊しかいない大田舎です。

フランスの中ではアルデッシュ県だけ高速道路と電車が無いのですが、山も川も多くとてもきれいな景色が見られ、名物はマロンとマロンクリーム、山羊のチーズです！

これから、なぜ日本に来たのかまたフランス料理のレシピ等紹介していきますので楽しみに！



故郷のメインストリート！



バンタドゥー城 (château de Vantadour)



「景虎」の酒林 (新酒を醸したるしの香りをかぐ)

被災時にも美味しさとお笑いを！

「もしものときもよしもとと」

吉本興業は「もしものときもよしもとと」として、辛く苦しい被災時にもホッとのお笑いを大切にしています。

今回、エコライスの「新潟のごはん」**NEW**とよしもとがコラボしました。

公式HP

<https://magazine.fany.lol/18891/>



冬の特産品を今年もお届け！

太刀川さんの

こがねもち

手作り 杵つき



毎年、皆様から好評の太刀川さんの杵つきもちや選りすぐりの銘柄日本酒呑み比べSETなどをご用意！お気軽にお問い合わせください。



道路状況によりお届けに遅れがでる場合があります

気象庁の発表によると、日本付近に大雪の原因とされるラニーニャ現象が今後発生する可能性が高いようです。

冬期間は、積雪による道路の渋滞などでお届けが遅れる場合があります。ご指定のお日にち、お時間にお届けできない可能性もありますので、ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程よろしくお願いたします。



年末年始休業のお知らせ



誠に勝手ながら12月30日(木)~1月3日(月)までお休みとさせていただきます。

商品の注文や、お届け日の変更などある場合は、お手数ですがお早めのご連絡をお願いいたします。