

広報 [あわーへるす]

# Our Health HOKURIKU

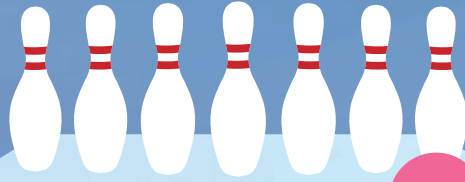
Healthy Information Magazine

2022  
9  
vol.375



- ボウリング大会開催 ..... P2.3
- わが家の元Kids ..... P3
- 北陸いいところ探訪[石川県立図書館] P4.5
- 健康講座  
[小児脳脊髄神経の先天性奇形] ... P6.7
- 健康診断(下期)のお知らせ ..... P8
- 特定保健指導を利用しましょう ..... P8





# ボウリング大会開催

ボウリング大会が、石川会場は8月18日(木)、金沢市無量寺の「コロナキャットボウル金沢店」で、富山会場は翌19日(金)、「富山地铁ゴールデンボウル」で開催されました。例年1月に実施していましたが、今回は夏休みということもあり小中学生の参加も多く、大いに盛り上がりました。

表彰式では優勝・準優勝などの順位賞、ストライク賞などの特別賞の授与が行われ、最後に優勝者と準優勝者の写真撮影をして終了となりました。石川会場ではシステムの不具合でスコア表が出なかった為、後日結果および賞品を参加者に送付しました。

## 競技内容《ハンディキャップ》

順位は2ゲームのトータルスコアで競われ、ハンディは1ゲームにつき、小学生は30点、女性は20点、70歳以上の男性は10点。前回大会の優勝者はマイナス20点、準優勝者はマイナス10点と設定しました。

## ISHIKAWA

石川会場 8月18日(木)

「コロナキャットボウル金沢店」  
金沢市無量寺



準優勝 386点  
辻口 庄治さん



優勝 404点  
鈴木 里志さん





# TOYAMA

富山会場 8月19日(金)

「富山地铁ゴールデンボウル」  
富山市千歳町



準優勝 322点  
岡本 勝明さん

優勝 338点  
岡本 稔さん



## わが家の元Kids

元気いっぱい4人きょうだい

我が家は、中3の長男と中1の次男が、  
硬式野球チームで野球をしています。  
毎週末、練習や試合で、時には県外へ行くことも！  
小5の長女と年中の三男は、一緒に試合を見に行ったり、家での自主練習をお手伝いしたりと、  
みんなで活躍を応援する野球家族です。

有限会社 前田石材 / 金沢市



おうしろう  
旺吉朗君



りきまる  
力吉丸君



ゆめあ  
結名愛さん

なんた  
楠吉太君







石川県金沢市

愛称:百万石ビブリオバウム

# 石川県立図書館

いしかわけんりつとじょかん

## 北陸 いいところ 探訪



Wonderful Places in Hokuriku

Vol.03



石川県内に在住・在勤・在学の人と東海北陸地区(富山県・福井県・岐阜県・愛知県・三重県)に住む人が利用者カードを作成可。本の貸出はセルフ貸出機で手続きし、返却は図書返却ポストを利用する。



開館特別展「絵本でたどる、ながいながい進化のはなし」は11/25(金)まで開催。今後も様々なイベントを予定。



愛称は「百万石ビブリオバウム」。フローリングや天井、本棚に県産木材を用い、温もりと落ち着いたある雰囲気。

### 思いがけない 本との出会いがある 心地いい図書館。



今年7月に金沢市本多町から同市小立野へ移転オープンした「石川県立図書館」。

開館初日から1か月で約14万人が訪れ、大きな話題となっている。

館内に入ると迎える、まるで円形劇場のような大閲覧空間は圧巻もの。手に取れる本は30万冊、その陳列方法が特徴的。「文学」「歴史」といった通常の分類以外に「仕事を考える」や「暮らしを広げる」「世界に飛び出す」など、12のテーマ別に配置されている。「本との出会いの窓」コーナーでは普段本を読まない人にとっても好奇心をくすぐる見せ方に工夫が凝らされる。これまで読む機会のなかったジャンルなど、思いがけぬ本との出会いが生まれそう。

特筆すべきは閲覧席。書齋のような席や風景を眺められる席など約500ものユニークなデザインの椅子やソファが配され、その日の気分に合わせてお気に入りの場所を探るのが楽しい。館内ではおしゃべりもOKだが、集中したい人には予約制サイレントルームも用意されている。

他にも文化交流エリア、こどもエリア、カフェ、読書の庭など魅力は尽きない。ぶらりと何度でも訪れたい新・図書館だ。





マイルドな味わいの「バターチキンカレー」850円。プラス500円でサラダ・ドリンク付きに。



卵と牛乳のやさしい甘さとほろ苦いカラメル、生クリームがマッチした、レトロな「自家製プリン」(450円)。

メロンソーダの爽快感とバニラアイスの甘さが絶妙な「クリームソーダ」(520円)。休憩のお供にぴったり。



人気カフェ「ハムアンドゴー 石川県立図書館カフェ」が併設。内装・トレーなどに県産材を使用し、「森」をイメージした寛ぎ空間が好評。



上/3階の東西にかかる「ブリッジ」は眺め抜群の閲覧席。下/「サイレントルーム」や「視聴覚コーナー」は館内の予約機やウェブでの予約が必要となる。

ココに注目!

閲覧空間には  
デザイン性に富んだ  
多彩な椅子やソファ  
が500席!

**ハンギングエッグチェア**  
(ヤマカワラタン ジャパン)  
デンマークのナナ・ディツェルがデザインした名作家具のひとつ、籐製のプランコチェア。



**Nelson Marshmallow Sofa**  
(Harman Miller)  
マッシュマロクッションが並ぶ  
ミッドセンチュリーを象徴する椅子。  
加賀五彩をあしらった  
特別仕様。



**Tsukue-bako**  
(大雪木工)  
ひとりサイズのコンパクトなパーソナルデスク。  
読書や勉強に集中したい時にぴったり。



1.「ブックリウム」では気になる本を選ぶと関連本がスクリーンに浮かび上がる。2.本を読んだり体を動かしたりできるこどもエリア。3.講演会や音楽会などのイベント会場にもなる「だんだん広場」。4.工芸王国・石川の名匠たちの作品を展示。

data .....

石川県金沢市小立野2-43-1  
Tel.076-223-9565  
営/閲覧エリア9:00~19:00  
(土日祝~18:00)  
文化交流エリア9:00~21:00  
(土日祝~18:00)  
休/月曜(祝日の場合は翌平日)  
年末年始、特別整理期間  
P/400台(入庫後30分無料  
以降30分ごとに100円)  
※図書館利用者は入庫後3時間無料  
<https://www.library.pref.ishikawa.lg.jp/>

多くの人に何度でも長い時間を楽しんでもらえる図書館になれば嬉しいです!



石川県  
文化振興課  
嘉門 佳頭さん



※掲載商品の価格はすべて税込です。



# 小児脳脊髄神経の 先天性奇形

金沢医科大学病院 脳神経外科

教授 林 康彦

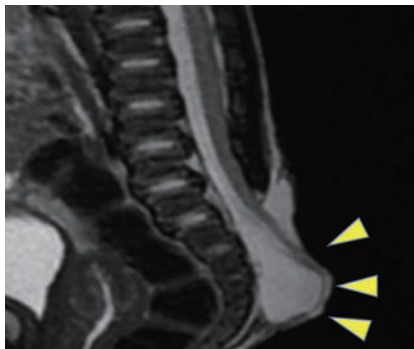
この疾患は胎児期に脊髄が管構造を形成する過程が障害されることで生じます。神経が発生に近い皮膚に覆われない開放性と、皮膚に覆われている潜在性があります。

開放性では、髄膜が外表に突出して髄膜瘤と呼ばれます。発生率は0.03-0.04%で、腰部に多く、運動・感覚障害、排尿・排便障害など症状は様々です。出生前に診断(胎内診断)されることもあります。治療は露出した神経や髄膜を正常な

## 二分脊椎

脳や脊髄といった中枢神経にとって、その先天性奇形は成長や発育の大きな妨げとなります。しかし、その病態をきちんと理解しないと、治療のみならずこれから生じることの予測も難しくなります。それで小児の専門医の診察が不可欠となりますが、消化器や心臓血管の疾患を合併していることも多いのも特徴です。当院では診療科の垣根を越えた小児高度外科医療センターを2021年7月より開設しており、より正確な診断と高度な治療に努めております。

代表的な小児脳脊髄先天性奇形疾患をご説明します。



開放性二分脊椎(脊髄髄膜瘤)のMRI



脊髄披裂: 神経が薄くなった皮膚から露出しています

位置に戻す手術ですが、感染予防のため出生後48時間以内に行います。

潜在性の代表疾患には脊髄脂肪腫があります。出生時は多くは無症状ですが、脊髄神経が脂肪腫に牽引、圧迫されたり、

脊髄に空洞が生じて髄膜瘤と同様な症状を発症します。表面の皮膚に膨隆や陥凹などを伴います。治療は脂肪腫を部分的に摘出して脊髄の係留を解除する手術を行います。

Doctor



林 康彦

Yasuhiko Hayashi

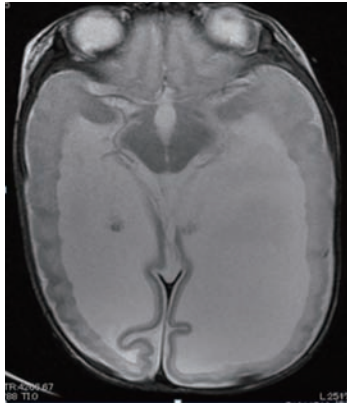
金沢医科大学病院  
脳神経外科  
教授

略 歴

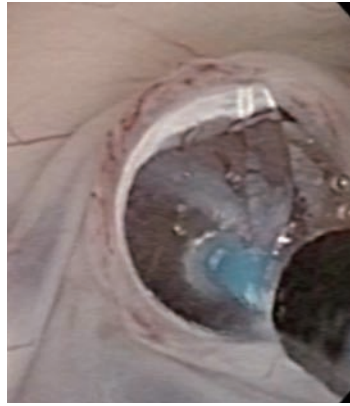
1991年 3月 金沢大学医学部卒業  
1996年 4月 石川県立中央病院脳神経外科 医長  
1997年11月 小松市民病院脳神経外科 医長  
2000年 4月 金沢大学医学部附属病院救急部 助手  
2001年11月 金沢大学医学部附属病院脳神経外科 助手  
2003年 5月 アメリカ合衆国National Institutes of Health, Surgical Neurology Branch: Research Fellow-Clinical Staff  
2006年 2月 金沢大学医学部附属病院脳神経外科 講師  
2016年 8月 金沢大学医学部附属病院脳神経外科 准教授  
2019年 4月 金沢医科大学脳神経外科 特任教授  
2021年 4月 金沢医科大学脳神経外科 主任教授



【先天性水頭症】



先天性水頭症：  
脳室が著明に拡大しています



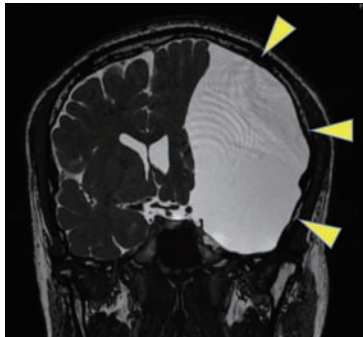
神経内視鏡による  
第三脳室底開窓術

先天性水頭症

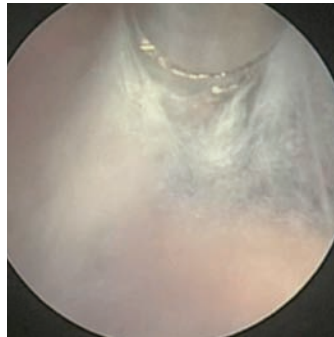
水頭症とは脳内（特に脳室内）に過剰に髄液が貯留した状態を指します。新生児では頭囲の拡大、大泉門の膨隆、発達の遅延、成長すると頭痛、嘔吐、意識障害、視力障害などがみられます。CTやMRIで診断できますが、胎児期にエコー検査

で見つかることもあります。治療は貯留した髄液を脳内から持続的に逃がす手術が必要で、脳内の脳室と腹部を皮下に埋め込んだチューブでつなぎ、髄液を腹膜に吸収させる脳室腹腔シャント術がその代表です。その他、神経内視鏡を用いてチューブを用いない第三脳室底開窓術もあります。

【くも膜嚢胞】



くも膜嚢胞のMRI



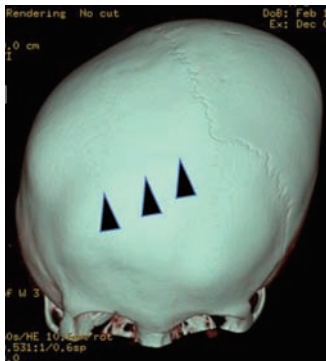
内視鏡による  
くも膜嚢胞壁の開窓術

くも膜嚢胞

くも膜嚢胞とは、脳を包む膜の一つであるくも膜の内部に髄液が貯留した状態です。発生頻度は0.1〜0.5%で、先天性がほとんどですが、外傷や感染によるものもあります。脳のあらゆる部位に発生し、大多数が無症状ですが、周囲の脳や神経

を圧迫して、頭痛、痙攣、発達遅滞などを発症することもあります。CTやMRIで診断されます。症状を伴う場合は手術が必要になりますが、無症状の場合、多くは経過観察となります。手術は嚢胞切除術、開窓術により正常な髄液循環と十分な交通を設けることです。開頭手術を行う場合もありますが、当院では神経内視鏡を使用した手術を行っています。

【頭蓋骨縫合線早期癒合症】



縫合線早期癒合症（右冠状縫合が癒合して消失している）



拡張器を用いて骨延長を行う

頭蓋縫合線  
早期癒合症

頭蓋骨には骨と骨をつなぎ縫合線があり、小児期では縫合線に対し垂直方向に骨が伸びます。この縫合線が早期に癒合して頭蓋骨の発育が障害され、頭蓋の狭小化や変形をきたす疾患です。癒合した縫合線の部位、数により様々に頭蓋が変形します。顔面骨や四肢に先天性の形成不全を合併して、原因遺伝子が特定されるタイプもあります。脳の容積の増大に対し頭蓋が狭く、頭蓋内の圧が亢進し精神運動発達遅滞を生じることもあります。治療は頭蓋を拡大して頭蓋内圧を正常化させ、神経障害を予防し、美容上からも形態の改善を図ります。手術は、生後6ヶ月以内であれば縫合切除術、それ以降であれば開頭術による頭蓋形成術や拡張器を用いた骨延長法を行なっています。

# 40歳未満の方へ 健康診断(下期)のお知らせ

40歳未満(誕生日が昭和58年4月1日以降)の方の健康診断を下記の日程で実施いたします。

金沢会場	日時	11月8日(火)、9日(水)、10日(木)
	会場	石川県予防医学協会

富山会場	日時	11月16日(水)、17日(木)
	会場	北陸予防医学協会

検査項目	検査内容	費用
一般健診	心電図、胸部X線、血液検査を含む	無料
胃がん検査	胃部X線撮影	無料



※写真はイメージです。

## 生活習慣病予防のために 特定保健指導を利用しましょう

特定健診の結果から生活習慣病を発症するリスクの高い人に対して、生活習慣の改善支援として特定保健指導を実施しています。

- 対象となる方に、特定保健指導を受ける「利用券」が送られます。
- 組合が業務提携しているSOMPOヘルスサポート㈱が特定保健指導を行います。
- 利用期限は、令和5年3月31日までです。
- 特定保健指導の終了者には、記念品が進呈されます。

特定健診・特定保健指導の費用は組合が全額負担しますので、この機会にぜひご利用ください!

## みなさまの投稿募集中



掲載分には粗品を進呈いたします。

【応募先】「全国建設工事業国民健康保険組合石川県支部」〒920-0041 石川県金沢市長田本町ホ8番地

【募集写真】CD-Rまたは写真でお送りください。

★みなさまの「長年続けている趣味」や「実はこんな特技があります」など幅広いジャンルで写真を募集しています。

【募集要項】郵便番号・住所・組合員氏名(ふりがな)・電話番号・事業所名・写真返却の有無を明記の上、コメントを添えてください。



★小学生までのお子様の「何かに打ち込んでいるカッコイイところ」、「思わずとれたユニークなポーズ」や「決定的瞬間」など幅広いジャンルで写真を募集しています。

【募集要項】郵便番号・住所・組合員氏名(ふりがな)・電話番号・事業所名・子供の名前(ふりがな)・子供の年齢・写真返却の有無を明記の上、コメントを添えてください。



広報 [あわーへるす]

Our Health HOKURIKU

2022年9月25日発行9月号(第375号)

発行所/全国建設工事業国民健康保険組合石川県支部 〒920-0041 金沢市長田本町ホ8番地 TEL.076-233-1021