



美祢市立美東病院医師の紹介

6月～7月にかけて美祢市有線テレビで美東病院の医師をインタビュー形式で紹介する番組を放送しました。医師の紹介を兼ねて、数回にわたりインタビューの主な内容をお知らせします。

【質問】 受診するにあたり、患者さんをお願いしたいこと（望まれること）はありますか。

【松元医師】 症状はできるだけ詳しく伝えてください。初期診断の段階では、発症までの経緯が詳しいほど病気の原因を絞りやすくなるからです。また、患者さん自身が病名を決めつけて話すのではなく、ありのままに話していただくことが重要です。

【質問】 消化器病の専門医として、得意とされていることがありますか。

【松元医師】 やはり内視鏡です。これまでの27年間で、胃の内視鏡は25,000件以上、大腸の内視鏡は3,000件以上を行ってきましたので、得意分野と言えるのではないかと自負しています。

【質問】 胃の内視鏡といえば、辛い検査のようなイメージがありますが、いかがですか？

【松元医師】 我々は患者さんが少しでも楽に検査を受けられるよう、常に心掛けています。当院には鼻から挿入する内視鏡もあります。これであれば、嘔吐反射が無く楽に検査を受けられるため、多くの患者さんがこちらを選んでおられます。

【質問】 医師を目指されたきっかけはなんですか。また、医師になられて良かったことはありますか。

【資格】

日本消化器病学会専門医、
日本消化器内視鏡学会指導医ほか

内科医 松元 裕輔(まつもと ゆうすけ)



【松元医師】 人とふれ合う温かみのある仕事に就きたかったのですが、学校の先生などにあこがれていましたが、気が付いたら病院の先生になっていました（笑）。

医師として一番うれしいのは、やはり、患者さんが治療によってお元気になられた姿を見ることです。

【質問】 健康を維持していくために必要なこと（健康法）はありますか。

【松元医師】 これに関してのお答えは大変月並みではありますが、やはり、定期的に体を動かすことと、人としゃべりしたり本を読んだりして脳を動かすことが重要だと思います。

そして何よりも、バランスの良い食事と適度な睡眠をとり、ストレスを貯めないことが大切だと思っています。

【質問】 最後に、美祢市立美東病院でのこれからの目標や抱負などをお聞かせください。

【松元医師】 健康寿命という言葉がありますが、当院へ通院されている患者様が、健康な状態を長く維持できるよう、できる限りのサポートを行ってまいりたいと考えています。

問い合わせ先 美祢市立美東病院(☎08396(2)0515)

市内の文化財紹介48

すがこうれい
絵馬 (菅江嶺筆)

(美東町長田・市指定文化財・昭和53年指定)

江戸時代後期の天保8年(1837年)、菅江嶺が76歳の時に制作し、旧長田八幡宮に奉納したものです。絵馬はケヤキ材で、縦186.5cm、横142cmで、巴御前と壇ノ浦の戦いなどで活躍した武将の和田義盛が描かれた大作です。

菅江嶺は、宝暦12年(1762年)に、長田の長井家に生まれ、17歳のとき萩に出て山県鶴江に学び、その後、長崎や京都等で修行を重ね、江嶺独自の画風を創り上げました。文政10年(1827年)66歳のときに、藩主毛利斉元に土籍に取り立てられ、晩年は長田に住み、多くの作品を残しています。



問い合わせ先 文化財保護課(☎0837(62)1921)

図書館だより

絵本読み聞かせ講座開催のお知らせ

子どもの読書活動を推進するために、小畑乃武子先生を迎えて、絵本読み聞かせ講座を開催します。お子さんと一緒に、また、読み聞かせに興味のある人など参加をお待ちしています。先生を囲んでの座談会もありますので、先生にいろいろな質問をしてみましょう。

日時 3月2日(土) 14時～15時30分
 場所 美祢図書館 2階 視聴覚室
 講師 小畑乃武子先生(下関市)



図書館からのお願い

3月から4月にかけて、新生活が始まる人が多いと思います。図書館では、利用者登録の変更を随時受付しています。住所・電話番号等が変わったら、図書館へご連絡ください。

利用者資格を失った人(利用者範囲外へ転居された人)は、申し出をされ、利用者カードの返却をお願いします。

美祢図書館新刊図書案内

作家のおしごと	五木 寛之	著
永田町小町バトル	西條 奈加	著
1 R 1分34秒	町屋 良平	著
だから殺せなかった	一本木 透	著
発現	阿部 智里	著
まよなかの青空	谷 瑞恵	著
木曜日の子ども	重松 清	著
夢も見ずに眠った。	絲山 秋子	著

市内の図書館の本は、各図書館窓口で貸出申込されると、取り寄せて借りることができます。

3月の休館日

4日月、11日月、18日月、21日(祝)、25日月

問い合わせ先 美祢図書館(☎0837(52)0213)
 美東図書館(☎08396(2)5555)
 秋芳図書館(☎0837(62)1925)

秋吉台国際芸術村 イベント情報

アートフェスティバル2019

日時: 3月16日(土)・17日(日) 10時～17時

芸術村の春の恒例行事「アートフェスティバル」。今年も美祢市を中心に、県内各地で活動する文化団体による展示と舞台の発表を行うほか、子ども向けのワークショップを実施します。※プログラムはいずれも入場・参加無料

展示部門 写真、絵、いけばなをはじめ、地域の皆さんによるたくさんの作品を展示します。

●会場 ギャラリー、カフェ、ホワイエ

舞台部門 歌や舞踊、楽器演奏など地域の様々な団体による舞台発表。

●会場 コンサートホール



問い合わせ先 秋吉台国際芸術村事業企画課
 (☎0837(63)0020) (☎0837(63)0021)
 (✉info@aiaiv.jp) (http://www.aiaiv.jp)

ワークショップ

ゆかいなバケメンをつくろう(講師:ファブラボ山口)

布や紙などの廃材を使って、自分だけの「バケメン」を作ろう!

- 日時 3月16日(土) 10時～16時
- 対象 年中～小学生(未就学児は保護者同伴)
- 定員 40人(申込不要)



木でカメラのおもちゃをつくろう!(講師:アトリエほびっと)

木のパーツでカメラを作ります。自由に色を塗って自分だけのカメラに仕上げよう!

- 日時 3月17日(日) 10時～15時30分
- 対象 年中～小学生(未就学児は保護者同伴)
- 定員 40人(申込不要)



ぶちまいしい! ~健康づくりや地産地消をテーマに季節ごとにおすすめの料理を紹介します~

作ってみよう!今月のおすすめ料理

問い合わせ先 健康増進課(☎0837(53)0304)

朝食のお供に
 いかがですか?★

カラフル野菜の巣こもり卵

材料(4人分)

卵	4個	
ほうれん草	8株	
もやし	1袋	
にんじん	1本	
サラダ油	適量	
塩	少々	*お好みでケチャップ、
こしょう	少々	しょうゆ少々
(1人分 エネルギー120Kcal、塩分量1.2g)		



作り方

- ① もやしは洗って水切りしておく。
- ② にんじんはピーラーで長いひらひらを作っておく。
- ③ ほうれん草は茹でるか、ラップで巻きレンジにかけて水にさらし、よくしぼって4～5cmの長さに切っておく。
- ④ フライパンに油をひき、①→②→③の順に入れ、さっと炒め、塩・こしょうをふり火を止める。
- ⑤ ④の野菜を4つの丸型に分け、真ん中をくぼませて卵を割り入れて、火をつける。少量の水を卵にふって蓋をして、卵に白い膜が出来たら火を止める。
- ⑥ 皿にのせ、お好みでケチャップかしょうゆをかけたら完成!

〈ワンポイントアドバイス〉旬の野菜で代用できるので、たっぷり野菜を取ることができますよ。