

平成 18 年 10 月 21 日(土)～24 日(火) 開催

バウンドテニス



スポレクを機に 始めてみませんか！

「バウンドテニス」は、平成2年に初めて鳥取県に紹介されたニュースポーツです。長さ50センチの小さなラケットを用い、テニスコートの6分の1程度の広さに人工芝のマットを敷き、ネットの高さが50センチの小さなコートで行う室内競技です。テニスと卓球とパドミントンをミックスしたルールで、サーブは1本のみです。全国スポレク祭では、6人1組で1分間にどれだけラリーができるかを3回の合計数で競うラリー戦と、男子・女子・混合のそれぞれダブルス3組で競われる団体戦が行われます。年齢別のシングルスとダブルス戦がある全日本選手権では、県代表選手がベスト8に入るなど、鳥取県のレベルは向上してきています。コートは小さくても、力いっぱい打って本格的なテニスと変わらぬ醍醐味を味わえるところに大きな魅力があります。実際に競技を行っている人たちも小学生から高齢者まで幅広く、初心者でも比較的短期間に上達可能な競技でもあります。鳥取での全国スポレク祭の開催を機に、生涯スポーツとしてバウンドテニスを始めてみませんか！



鳥取県バウンドテニス協会
かわかみ きなえ
川上 早苗 さん

問い合わせ先 全国スポーツ・レクリエーション祭推進室
(文化センター内・吉方温泉三丁目) ☎(0857)27-8001

決定 優秀作品

第2回 鳥取スローフード料理コンテスト

本市では地産地消を推進するため、「鳥取スローフード料理コンテスト」を開催しました。このコンテストは、昔から鳥取でよく食べられ、作られている大豆加工品と大根を使った新しいメニューを創作しようと昨年開催され、今年で2回目です。

1月28日(土)、1次審査(書類審査)を通過した10人は、最終審査会場の鳥取市福祉文化会館で、75分間の調理時間内に8食分を作り、食材の特徴を生かしたアイデアいっぱいのメニューで競いました。審査は、調理方法・外観・おいしさの項目で行われ、その結果次の作品が受賞しました。

大豆加工品の部

市長賞 まつおくにこ **松尾 国子さん** (本高)

「豆腐ケーキ」

審査員特別賞 いでいじんこ **出井 順子さん** (福部町)

「とうふ de チーズパイ」

大根の部

市長賞 おかべななみ **岡部 直美さん** (西町)

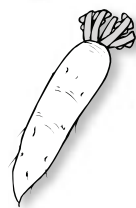
「ダイコンステーキ」

審査員特別賞 おさか とみこ **尾坂 富子さん** (大村)

「チキンミートボール入り大根のクリームソース」

優秀作品のレシピは、市報および市ホームページに掲載しますので、ぜひチャレンジしてください。

問い合わせ先 市役所第2庁舎 地産地消推進室 ☎(0857)20-3134



医療通信 Vol.35

によるけっせき **尿路結石症って？**

尿路結石は結石のある場所によって、腎結石、尿管結石、膀胱結石、尿道結石などと呼ばれていますが、そのほとんどは腎臓で作られ尿路に落ちてきたものです。

例えば、お風呂の浴槽にパチンコ玉が落ちていてもそれほど困りません。これが腎臓に結石がある状態です。しかし排水管に落ちることがあります。小さなものなら外まで流れ出るでしょう。でも途中で詰まってしまうと水が流れなくなります。尿管結石で痛くなるのも、尿管の途中で結石が詰まって尿が流れなくなり腎臓が腫れることによります。それはちょうどお風呂の水が抜けないことに相当します。こんなとき排水管にいきなり水を流すと詰まりが取れてしまうことがあります。尿管でも小さな石は自然に流れ出る可能性があります。そこで水運動療法といって、水をいっぱい

飲んで上下に跳ねる運動を行うことがあります。うまくいけば、排尿時に尿と一緒に石が出ます。

しかし、大きな結石となるとこの方法によることは困難で、積極的治療法が必要になります。以前は開放手術で背中やお腹を切る手術が主体でしたが、現在では次のような治療法が一般的になっています。一つは体外衝撃波碎石術(ESWL)で、体の外から衝撃波エネルギーを結石に当て、石を小さく砕いて尿と一緒に排出させる方法です。もう一つは経尿道的尿管碎石術(TUL)で、尿道から尿管内に内視鏡を挿入して先端に付けられた圧縮空気碎石器やレーザーなどを使って結石を碎石・除去する方法です。



市立病院 **山根 享** 診療部副部長(泌尿器科)

■問い合わせ先
市立病院総務課 ☎(0857)37-1522