

更年期について 産婦人科医 山下 美和

更年期とは、閉経5年前から閉経後5年間の約10年間のことをいいます。主に以下の症状などが現れます。

- ①月経が不順になったり、出血が長くなったりする
- ②上半身のほてり（ホットフラッシュ）を感じる
- ③肩こり、不眠、疲れやすさを感じる



女性ホルモンが少なくなるに応じて、次のような症状が現れます。

- ①高脂血症・・・動脈硬化 ②高血圧
- ③肌や関節のコラーゲンの減少 ④膣の乾き、性交時の痛み、膀胱炎の頻発
- ⑤骨粗鬆症

更年期を我慢している間に身体がしだいに老化し、健康でなくなってしまう。

更年期障害の治療には漢方療法、ホルモン補充療法などがあります。

ホルモン補充療法はこわいと思う方もいます。ホルモン補充療法のデメリットとされてきた動脈血栓は少なくなり、乳がんの発生も増加させない薬剤もできています。実際にホルモン補充療法を受けた女性の方が長生きするというデータも出ています。

ホルモン補充療法に興味がある方は高北病院産婦人科を受診してください。治療を受けるのに適さない方もいますので、詳しく説明させていただきます。

町内の救急告示病院の休日・夜間の当直（宿直・日直）診療科のお知らせ

高北国保病院 ☎22-1166

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 日宿 内科	2 内科	3 外科	4 外科	5 内科	6 内科	7 日宿 内科
8 日宿 内科	9 内科	10 外科	11 整形外科	12 内科	13 外科	14 日宿 内科
15 日宿 内科	16 日宿 内科	17 内科	18 外科	19 内科	20 内科	21 日宿 内科
22 日宿 内科	23 日宿 内科	24 内科	25 内科	26 整形外科	27 外科	28 日宿 内科
29 日宿 内科	30 外科					

・第2土曜日の午前は内科の外来診察
 ・外科の当直日の17時15分～18時30分及びその翌日（休日の場合を除く）の7時15分～8時30分は内科または整形外科の医師が当直をします。

清和病院 ☎22-0300

日曜日・祝日	月曜日※	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日宿 内科または外科または精神科	精神科	外科	外科	外科	内科または外科	外科

広告

住まいのこと、暮らしのこと

こんなお悩みありませんか？

- ◎ トイレをもっと快適に直したい。
- ◎ 重い引戸を楽に開け閉めできるようにしたい。
- ◎ 障子、襖の張替え
- ◎ さし掛け屋根ポリカ波板貼替え
- ◎ 階段、廊下への手すりの取付



代表者 西森太一

網戸1枚からトイレ、お風呂まで
 尾川工務店は住まいの110番
 困ったときは、私に何でも相談
 してください！

見積り・相談無料 今すぐお電話を！

☎ 0889-20-9322

尾川工務店(株) 佐川町甲1104-9



H6年、尾川橋のそばにサインボードが建てられました



高知県立大生による琴の演奏

平成6年2月にスタートした「尾川地域推進協議会」(当時名称)と、平成21年10月に尾川中央保育所に開設された「あつたかふれあいセンターひまわり」を合わせた周年祝いの記念式典が、7月21日(日)ふれあいの里尾川にて開催されました。ステージでは太鼓や琴の演奏、餅まきが行われ、来場者の笑顔あふれる式典となりました。



土佐佐川さくら太鼓(若ざくら太鼓)



餅やお菓子が次々と！

広報さかわ

9月号

令和6年9月1日発行

今月の表紙



猛暑にもかかわらず、華麗な鳴子踊りを披露するのは、町内のよさこいチーム「ざっくばらん佐川」の小さな踊り子さん(保育園年中)です。

ざっくばらんは2006年に町内で結成されたチームで、2019年のよさこい祭りより5年ぶり15回目の出場です。およそ40人の踊りさんでの参加となりました。

PICK UP CONTENTS

- P 2 尾川地区活性化協議会発足 30周年 あつたかふれあいセンターひまわり開所15周年
- P 3 高北病院
- P 4 かわせみからのお知らせ
- P 6 おしらせ
- P 14 ボタニカルニュース
- P 15 さかわ観光協会
- P 16 さかわ発明ラボNEWS
- P 18 地質館だより - 桜座 Information
- P 19 青山文庫だより
- P 20 としょかんだより
- P 21 さかわ学校だより - 佐川高等学校