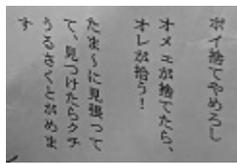


## ネイチャーセンター ガイド (72)



### ●申年にさるよ、山へ去れ

(センターのさるに対する熱き思い)

1月5日、仕事はじめの日、ジョニー&J・J(いぬ)が朝から山を見ながらずっと、ほえている。1時間たっても2時間たってもお昼になっても、ほえ止まない。

気になって外を見に行くが、何も見えない。いったい山で何が起きているのだろうか？犬の鼻は底知れない。「みつけたーーーー！！」今年の干支「さる」だった。畑の美味しいおかずを主食にしようとしているさるの群れだったのだ。木の又にすわり、こちらをみている申にいつてやった。「今年はお前らの年だ、たのむから山で暮らしてくれ。たしかに畑のものはうまいかもしれないが、食べちゃいけない」「おまえらとい関係築きなおしていきたい、それだけの努力をするから、山へ去ってくれ」と・・・この思いは通ずる。そう信じなければ秘策は浮かばない。

※冬は食べものがあまりなく、木の皮や草の根などを食べている。しかし、今年宝の山では収穫後の畑に放置した大根や白菜のカスを食べているのを目撃した。

また、上大幡や小形山では大豆の残りを畑でむさぼる群れを目撃した。(冬場の畑の管理も気持ちよく収穫を迎えるための重要な作業だと痛感した)

### ●湯原 真の放浪日記 第三回「ゴミの山…」

あーたーらしい一朝が来た♪でお馴染み湯原です。いやいや寒いっすねえ～、いやいやマジで。なんでこんな寒い時期に、こんな寒い宝の山の大駐車場に、わざわざお足元の悪い申おこしいたいて、ゴミを捨

てに来る人がいるのか？ってことですよ。ホントに。

食べかす、飲みかす、鼻紙、テレビまで。近所に「まるたの森」ができたっちゅーのに。ソッチへ持ち込めばイイちゃん。

宝の山では、この大駐車場ゴミ問題に対して地味～に取り組んでいきます。

何かイイ対策があれば教えてください。

### ●2004年 センターのテーマ「喜怒哀楽」と「子ども」です。

そこで「喜・怒・哀・楽」をむきだしにしている子どもの表情をおさめた写真(ネガ・ポジ可)・デジタルカメラ・カメラ付携帯撮影可を3月1日より31日まで募集しています。思いっきり笑っている顔、泣いている顔、怒っている顔、いろんな表情を期待しています。

なお、お寄せいただいた写真は返却いたします。写真の使用目的は、センター内の展示です。カメラ付携帯で撮影された方は、メールにて送信してください。デジタルカメラにつきましては、プリントアウトしていただき、お持ち込みください。持ち込み先は、下記宛までメールアドレスtakarano-yama@city.tsuru.yamanashi.jp(担当：佐藤宛 また、受信を確認しましたら、返信メールを送らせていただきます。お名前、連絡先は必ず明記してください)

連絡・問合せ先 ☎(45)6222  
宝の山ふれあいの里ネイチャーセンター  
開館時間：午前9時から午後4時まで  
休館日：月曜日、祝祭日の翌日

## 伝言板

富士北麓・東部地域振興局健康福祉部(大月保健所)

### 『かかりつけ医を持ちましよう』

かかりつけ医とは、私たちの身近な地域で診療所を開業し、病気の診察や家族の健康管理などを気軽に相談できる医師のことです。

医療の高度化、専門化が進む中で、総合病院への受診志向が高まっていますが、誰もが最初から総合病院へ行つたのでは、本来の目的である高度な医療の質の低下を招いてしまいます。

そこで、国では医療機関を一次、二次、三次医療と区分して、医療機関同士がそれぞれの役割を分担することにより、効率的な医療の提供をめざしています。

まず、かかりつけ医で診察してもらい、さらに詳しい検査や高度な治療が必要と判断されたら、紹介状を書いてもらいましょう。

かかりつけ医を家族全体の家庭医とすることにより、家族の病歴や体質を知ってもらうことができ、日頃の健康相談はもちろん、急に具合が悪くなっても安心して診てもらうことができます。

かかりつけ医を活用することにより、病院、診療所の機能が充分発揮できるように、皆様のご理解をよろしく願います。

### 『花粉症について』

花粉症は、花粉によって引き起こされるアレルギー症状です。今や全人口の10数%が患者として推定される国民病となりました。

目や鼻の症状は色々な病気が原因で起こるため、花粉症だろうと自己判断をして重大な病気を見過しては大変です。何が原因であるかをきちんと調べるのが大切です。

花粉症の予防には、花粉の曝露を防ぐ方法と薬物による方法があります。曝露を防ぐためにマスク・めがねを着用すると、全く使わないときより花粉数が6分の1～10分の1に減少し効果があります。

薬物による方法は、花粉の飛散時期の前から予防的に服用すると花粉症の治療期間が短くてすみます。山梨県の花粉飛散開始の平年値はスギで2月10日～20日頃、ヒノキで3月20日～4月1日頃です。

この時期から服装に気をつけて、特に羊毛素材の衣類は綿の約10倍花粉が付きやすいので注意してください。花粉症を悪化させる原因には、屋内でのタバコやストーブなどの燃焼による汚染の影響があり、室内環境をきれいに保つように心がけましょう。