

●観光交流都市 長野県飯山市からのお知らせ

第43回いいやま菜の花まつり開催

「いいやま菜の花まつり」は、約800万本の菜の花が咲き誇る「菜の花公園」で3日間開催される、飯山市を代表するまつりです。期間中はさまざまなイベントやステージ、出店があります。

一面に広がる菜の花畑から残雪の信越五岳と千曲川を見渡し、美しい日本のふるさどが感じられる絶景をお楽しみください。

開催日 5/3(日・祝)～5(火・祝)

場所 菜の花公園(長野県飯山市大字瑞穂 495-1)

アクセス 車：上信越自動車道豊田飯山ICから25分  
鉄道：JR飯山駅からバスまたはタクシーで20分



▲いいやま菜の花まつり公式HP



いいやま菜の花まつり実行委員会(事務局：飯山市商工観光課内) ☎ 0269-67-0731

敦賀市医師会 ドクターズコラム

●禁煙と頭頸部がん予防●

頭頸部がんとは、口腔、咽頭、喉頭、鼻副鼻腔などに発生するがんの総称であり、喫煙が主要な危険因子とされています。喫煙と発がんの関連率が最も高いのが喉頭がん(95.8%)であり、肺がん(71.5%)よりも高い値です。喫煙本数や年数が増えるほど発症リスクは高まり、受動喫煙も無関係ではありません。さらに飲酒が加わると相乗的に危険性が增大することも知られています。そのため大事なことは、がん予防のために禁煙することです。禁煙は発症予防だけでなく、治療効果も改善し、治療後の再発や重複がんのリスク低減にも有効です。

また、がんは早期発見が重要であり、声のかすれや飲み込んだ際の違和感・痛み、血痰など気になる症状がある方は耳鼻咽喉科への受診をご検討ください。



福辻耳鼻咽喉科医院 院長 福辻賢治

相談ごと

項目	日時	場所・問い合わせ先
行政	5/13(水)・27(水)	10:00~14:00
介護・介護保険	毎日(第1・3土曜日は休み)	8:30~17:30
法律	5/20(水) *	10:00~13:30
人権	5/20(水)	9:00~11:30
弁護士無料相談	5/12(火)・19(火)・26(火) <input type="button" value="申込"/>	13:30~15:00
結婚相談	5/9(土)・23(土)	13:30~15:30
家庭教育	毎週火~土曜日	9:00~16:00
学校教育	毎週月~金曜日 ※	9:00~16:00
子ども電話相談	毎週月~金曜日 ※	9:00~16:00
育児電話	毎週月~金曜日 ※	8:30~17:15
児童相談窓口	毎週月~金曜日 ※	8:30~17:15
女性相談窓口	毎週月~金曜日 ※	8:30~17:15
	5/16(土) <input type="button" value="申込"/>	8:30~12:00
消費生活相談	毎週月~金曜日 ※	8:30~17:15
求職相談窓口	月、木曜日 ★	9:00~17:00
こころの相談	5/8(金)・19(火) <input type="button" value="申込"/>	9:30~17:15
心の健康相談	5/11(月)・25(月) <input type="button" value="申込"/>	14:00~17:00
感染症相談と検査	5/20(水) <input type="button" value="申込"/>	9:00~10:30

\* 相談者が著しく多い場合、受付人数を制限させていただくことがあります。  
 ※ 国民の祝日・振替休日は休みとなります。  
 ★ 国民の祝日・振替休日は休みとなります。ただし、月曜日が該当する場合は、翌日火曜日に開所します。事前に申込みが必要です。

広報担当者のつばき

街波祭の取材で大阪からの移住者の方とお話をしました。敦賀の印象を尋ねたところ、「敦賀が好きなた方や昔からいる方がまちづくりを頑張っている印象がある。敦賀の活気がある雰囲気が好き。」と話していました。うれしいコメント頂けたのでご紹介します。(H)

花粉症の季節がやってきましたが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。私は花粉症なので、やはり外に出ると涙や鼻水が出てしまいます。家でもティッシュが必需品なので、ティッシュ箱にかかる支出が増えました。しばらくは花粉の多い時期が続きますが、体調管理に十分気を付けて乗り切りたいと思います。(K)