



北総花の丘公園にてハーブソースとハーブティー(日本サーナ)

TAKE FREE

ご自由におもちください

### 春を味わう



※価格はすべて税込みです

#### シフォンケーキと焼き菓子の店「Blume」

10:00~18:00

(木・金・土曜日のみ営業) ※日~水曜日定休



シフォンケーキだけでも約15種類のメニューを誇ります。春には桜のシフォンケーキや彩り美しいフランボワーズ・プレーン・抹茶からなる「三層のシフォンケーキ」(¥900)が人気です! 各層の味わいを楽しみながらお召し上がりください。

☎043-461-0498 佐倉市臼井 584-2

📍<https://www.facebook.com/blume.sakura/>

佐倉市

#### 欧風洋菓子「イルピーノ」

10:00~18:00 ※火・水曜日定休

イチゴ味のクリームショートケーキで苺とイチゴソースをサンド。幾重にもなるチョコレートの花びらとトッピングのフルーツが華やかさを纏い、母の日のお祝いを素敵に演出してくれます! 母の日限定の「カーネーションケーキ」は、店頭販売(4号¥3,700/5号¥4,700)のほか、冷凍発送(4号¥3,900/5号¥4,900)も用意。要予約。

☎043-484-7260 佐倉市江原新田 112-1

📍<https://store.shopping.yahoo.co.jp/ilpino/>

佐倉市

#### KomMizIb

10:00~18:00 ※日・月曜日定休

栄町産の苺を使用した「苺のタルト」(¥400)と「苺のシフォンサンド」(¥400)は、「KomMizIb」春の定番メニュー。サクサク食感のタルトとふわふわのシフォンとともに、春をご賞味ください!

☎0476-36-4511 印西市小林北 2-7-3-101

📍<https://www.facebook.com/Kommizib/>

印西市



■新型コロナウイルスの感染拡大状況により、本誌に記載した内容に変更が生じる場合がございます。あらかじめご了承ください。

mon.DJ 能登 有沙



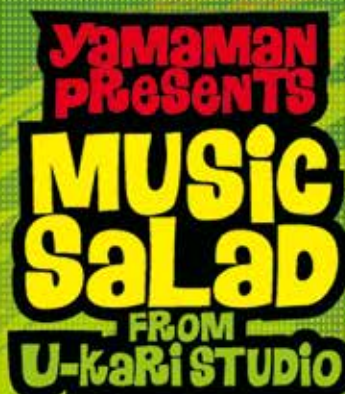
tue.DJ 宇佐美 友紀



ON AIR Every mon-thu 12:00~12:51

Twitter : @Msalad #musicsalad

ユーカリプラザ1F U-kari STUDIO から bayfm (78.0MHz) 生放送中!



BAYFM78 LOVE OUR BAY LOVE OUR FUTURE

番組ラストの曲はあなた次第! 番組の最後にかける曲をみんなの投票で決める「サラダレ」大好評! MUSIC SALAD 番組ホームページから簡単に投票できます! DJにメッセージも待ってるよ!

MONDAY-THURSDAY 12:00-12:51 ON AIR

YAMAMAN presents MUSIC SALAD FROM U-kari STUDIO

ミュージックサラダは月曜日から木曜日までお昼の時間にユーカリスタジオから生放送! 曜日ごとに変わるDJたちと番組キャラクターのこあらくんが、毎日みんなに「元気」をお届け! 聞き逃してもradikoで聞けちゃう!

サラダレへの投票等の詳細はコチラから➡ MUSIC SALAD 番組HP



この番組は街づくり企業山万株提供で放送しています

山万株株式会社 山万 不動産

# マイクロツーリズムで 春を満喫! ~花と緑に癒やされて~

春の行楽シーズン到来! コロナ禍の今春は地域再発見のマイクロツーリズムがおすすめです。今回は北総各地から春を感じられる行楽スポットをご紹介します。花と緑溢れる自然豊かなスポットで、癒やしと憩いの時間をお過ごしください。

\*新型コロナウイルスの感染拡大状況により、内容に変更が生じる場合がございます。あらかじめ、ご了承ください。\*価格は税込みです。

## 佐倉ハーブ園 (佐倉市)

植物化学の専門企業である「常磐植物化学研究所」がハーブを中心とする植物の良さを広く知って貰おうと開園。園内には1,000種類以上の薬用植物や生活に役立つハーブが植栽されており、春から初夏にかけて花の最盛期を迎えます。ガーデンの奥には森林が広がり、豊かな自然と園内を彩る花や果実、ハーブの香りに気分もリフレッシュ! 花を愛で、ハーブに触れて香りを楽しむなど、植物の魅力を五感で体感してください。また、ショップ「日本サーナ」では、自然と美と健康を追求した様々なハーブ商品を販売。ガーデン散策とあわせてお楽しみください。



★季節のイベントも開催しています。詳細はHPまたはFacebookをご覧ください。



★バジルだけでも40種類を栽培!



★ハーブソース ¥594(200ml)  
¥885(360ml)

18種類のハーブエキスがたっぷり入った濃厚な味わいのソース。日本サーナ1番人気のロングセラー商品です!



★オリエンタルフルーツティー3種(レッド/イエロー/ブルー) 各¥1,620(各40g)

テーマごとに和漢植物や西洋漢方をブレンド、ドライフルーツが贅沢に入ったフルーツティーです。植物の恵みが体の中から美と健康に働きかけます! 贈り物にもおすすめ。

【佐倉ハーブ園】  
開園時間: 平日10:00~16:00 入園料: 無料 ①: 5台  
【日本サーナ】  
営業時間: 火・木曜日10:00~16:00  
所在地: 佐倉市木野子158 ☎043-498-2244  
🌐 <https://sakura-herben.tokiwap.com.jp/>  
📘 <https://www.facebook.com/sakura.herbgarden/>  
🌐 <https://www.sanapia.co.jp/>



## ユーカーリ 血管クリニック Vascular Clinic

脈管および透析専門医の経験豊富な医師と親切なスタッフが、アットホームな雰囲気です。皆さまのお悩みに向き合います。頸部・胸部・四肢の動静脈の疾患(動脈硬化・下肢静脈瘤・静脈血栓症・リンパ浮腫・透析シャント血管)を専門にしております。日帰り治療として、下肢静脈瘤には、血管内焼灼術、医療用接着剤によるグルー治療や硬化療法を、透析シャントには血管拡張術を、いずれも傷跡がなく痛みの少ないカテーテル治療で行っております。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:00	○	○	×	○	○	△	×
16:00~18:00	○	○	×	○	○	△	×

上記の他、祝日、第2・4土曜日は休診となります

事前に電話でご予約ください ☎043-463-7711

佐倉市西ユーカーリが丘6-12-3  
イオンタウンユーカーリが丘西街区2F  
ホームページ <http://www.yukari-kekkan.jp/>

## 中央牧草センター (四街道市)

株式会社中央牧草センターは、約50年に亘り生牧草を栽培。草食動物の健康のため、千葉県を始めとする全国約100箇所に農地を持ち、土地の特性に合った土作りのもと、無農薬・無化学肥料栽培で鮮度の高い生牧草を安定供給しています。東京都恩賜上野動物園や千葉市動物公園、大井競馬場などの名所に卸しており、健康食として全国各地の草食動物の命を育てています。また、15年程前から農場内に草食動物と飼い主のための安心安全の空間である「うちの仔広場」を開設。牧歌的な景観のなか動物と飼い主に癒やしを提供しています。春の空気に触れながら「うちの仔」と特別なひとときをお過ごしください。



### ★うちの仔広場

夢中で牧草を食べたり走ったりとうさぎたちも伸び伸び。また、バーベキューや石窯ピザなどのオプションメニューも用意。ふわふわの極上芝と牧草が動物と飼い主に至福をもたらします。



### 【中央牧草センター/うちの仔広場】

日帰り(デイ) 10:30~16:00 キャンプ泊(ナイト) 16:30~翌日10:00  
 利用料: デイ/動物無料、人1名(2歳以上)¥2,000(平日¥500割引)  
 ナイト/動物無料、人1名(2歳以上)¥3,000(平日¥500割引)  
 ①:10台 ※そのほか、詳細はHPでご確認ください。  
 所在地: 四街道市大日2206-1 ☎0120-492-993(ヨクジツクルクサ)  
 ② <https://c-bokuso.co.jp/> ③ <https://uchinocogourmet.jp/>



★CHUBOKU Shangi-La(中牧理想郷)  
 生牧草の新品種開発を行う研究農場としての役目のほか、一日1組限定のグランピング場として、季節のフルーツ狩りや花摘み体験、牛へのえさやりなど、自然との共生をテーマにした新たな理想郷が4月にオープンします!

## 北総花の丘公園 (印西市)

千葉ニュータウンエリアの中心部に位置する総面積50haを誇る県立の総合公園。広大な敷地は道路を隔てAからEまで5つのゾーンとテーマで構成されており、芝生広場やサクラの広場、バラ園、野鳥観察舎、ドッグラン、バーベキュー場、自然生態園など、ゾーンごとに表情が大きく異なるのが魅力です。ピクニックやウォーキング、花見、野鳥観察など、楽しみ方の幅が広く、目的に合わせてエリアを選ぶのもおすすめ。大型商業施設やビルが建ち並ぶ都市部の中心に息づく貴重なオアシスで、春の里山と自然の息吹をご堪能ください!



### ★野鳥観察舎/Cゾーン(水の景ゾーン)

調整池を囲む森林は野鳥の営巣地になっており、賑やかな鳴き声が響きます。野鳥観察舎ではダイナミックな着水や狩りの様子など鳥たちの営みの一端を観察することができます。水鳥たちの楽園に足を踏み入れた感覚に包まれます。



### ★ドッグラン/Eゾーン(緑の景ゾーン)

ドッグランは市内外の愛犬家から大人気! ぜひ園内での散歩とセットでお楽しみください。(要登録/年間利用料1頭につき¥650)



### 【北総花の丘公園】

公園開園時間: 終日開放 花と緑の文化館: 9:00~17:00  
 駐車料金: 普通車4時間まで¥300(4時間超8時間以内¥600、8時間超1時間ごと¥100増)/中型車・大型車1回¥2,400  
 ①: Bゾーン250台(大型車2台含む)、Eゾーン155台(大型車4台含む)  
 所在地: 印西市原山1-12-1 ☎0476-47-4030(8:30~17:30)  
 ② <https://www.seibu-la.co.jp/hokusou/>



**イベント** **花の丘マルシェ**

★日 時: 5月14日(土) 10:00~15:00(雨天翌日開催)

★場 所: Bゾーンイベント広場

## ~ドクター・ラオシーの夢うつつ~【その十九】

海峡の短い夏が終わると、程なくイカ釣り船の漁り火も消え去り、野山も色づき、北の大地には、まもなく氷と雪の芸術家たちの季節が訪れます。ラオシーも冬の到来の前に、次の旅支度に忙しくなりました。当直室で書き上げた論文に封をして、僻地の病院を出る最終バスの車窓から岬の影が、次第に遠ざかってゆきました。ラオシーは、ようやく医者人生の半ばにさしかかっていたのです。数日後、太平洋を飛び越えたラオシーは、港町バンクーバーの入り江を背にして“バンクーバー総合病院”の入り口に立っておりました。この建物の上階に、かつて、オーロラ輝くアルバータ州エドモントンで出会ったドクター・ワーノックが、主任教授として待っていたのです。懐かしい再会を果たしたラオシーは、夕闇迫る港へ、坂道を下って行きますと観光船の横付けされた栈橋は、きれいなイルミネーションに飾られ、こちらは早くも、クリスマスの華やかな雰囲気につつまれておりました。(つづく)

## ユーカリ血管クリニック Vascular Clinic



これからイベント

桜に染まるまち、佐倉

3月19日(土)~4月10日(日)

京成佐倉駅、新町通り、佐倉城址公園など

京成電鉄と佐倉市との連携による観光企画。期間中、京成佐倉駅などの名称表記が「桜」に変わるほか、駅前広場や古民家カフェも出現します。また、会場



周辺の店舗では、桜メニューの販売や様々な特典も用意。桜に染まる春の佐倉を満喫してください!

◎佐倉市役所産業振興課 ☎043-484-6146

◎<https://www.city.sakura.lg.jp/sakura/sakura/>



これからイベント

佐倉草ぶえの丘「ローズフェスティバル」

5月14日(土)~6月5日(日)9:00~17:00(入園は16:00まで)

佐倉草ぶえの丘バラ園には、原種やオールドローズを中心に1,250種類、2,500株のバラが植栽されています。期間中は、バラに関する体験教室やガーデンコンサートなども開催。里山の景観を活かした庭園に咲き誇る多種多様なバラをご観賞ください。期間中の土・日曜日は臨時バス(無料)が運行されます。別途入園料。



◎佐倉草ぶえの丘 ☎043-485-7821

◎<http://www.city.sakura.lg.jp/sakura/kusabue/>



これからイベント

しすい・ハーブガーデン開園!

4月1日(金) 10:00~ ※月曜日休園

しすい・ハーブガーデンが開園シーズンを迎えます! 園内に香る150種類以上のハーブをお楽しみください。また、5月21日(土)には、「ガーデンまつり」も開催予定。癒やし溢れるひとときをお過ごしください。



◎しすい・ハーブガーデン ☎043-496-4909

◎酒々井町役場経済環境課 ☎043-496-1171(代)



これからイベント

第19回佐倉竹林コンサート

4月29日(金・祝) 13:30~ ※雨天時、東泉寺

天然音楽浴ハウス竹林広場(佐倉市太田1389-2)

横笛、民族打楽器、キーボード、ギターで構成された「香音ユニット」によるコンサート。今年は「ありがとう獅子」をゲストに迎え、音楽と寿獅子でパワーをお届けします! 前売券



¥2,500(高校生以下¥1,000)、当日券¥3,000(高校生以下¥1,500)、5歳以下無料。有料生配信(14日間視聴可能)¥2,000。

◎天然音楽浴ハウス ☎FAX.043-486-7586

◎<http://www2.odn.ne.jp/kai-kaon/>



これからイベント

第14回公津みらいまつり

4月4日(月)~5月6日(金)

公津の杜公園

公津の杜公園に約2,000匹の鯉のぼりが飾られます。空を悠々と泳ぐ鯉のぼりの下で憩いのひとときをお過ごしください。



◎公津みらいまつり実行委員会事務局

☎080-4949-4745

◎<https://www.facebook.com/kozumiraimatsuri/>



これからイベント

猫雑貨マーケット「なりたま2022」

5月8日(日) 10:30~15:30

成田国際文化会館1階

猫をモチーフにした木工・陶芸・布小物・羊毛フェルトなど、多彩な作品が成田に集結! 作品販売やワークショップが行われるほか、キッチンカーも出店します。入場無料。売り上げの一部は、千葉県動物保護管理協会との猫基金にのみけに寄付されます。



◎なりたま事務局 ☎090-2629-2912

◎<https://naritama.amebaownd.com/>



催し ハンドメイドミニマルシェ

4月1日(金)~5日(火) 10:00~18:00(最終日17:30まで)

ボンベルタ成田店1階

木工雑貨、アクセサリ、布小物、水引きなど、約15店が出店。

様々なジャンルのハンドメイドをお楽しみください。

◎grandjute.marche@gmail.com

美 松山庭園美術館

「～気高き魂のうた～山縣 章水彩画展」

3月4日(金)~4月10日(日) 10:00~17:00(金・土・日曜日・祝日のみ開館)

山縣 章の水彩画作品の中から、選りすぐりの大作と小品、約25点を展示。気高き魂によって描かれた日常の風景をご鑑賞ください。小鳥たちのさえずり響く春の庭園散策もどうぞ! 入館料大人¥800、小・中学生¥400。

◎松山庭園美術館 ☎0479-79-0091

催し 真多呂人形学院千葉支部結成15周年記念作品展

4月20日(水)~24日(日) 10:00~16:30(最終日15:00まで)

千葉県内の会員約60名による約250体の人形作品を展示。また、合同作品として「六條院の春」も披露されます。千葉支部15周年の活動成果と優美な世界をご堪能ください。入場無料。

◎清水さん ☎043-489-4707

園 国立歴史民俗博物館 ぐらしの植物苑

特別企画 季節の伝統植物「伝統の桜草」

4月12日(火)~5月5日(木・祝) 9:30~16:30(入苑は16:00まで)

※月曜日休苑(5月2日は開苑)

江戸時代中期以降に作出された伝統の桜草を中心に約400品種を公開! 伝統的な観賞方法の「桜草花壇」も再現します。入苑料一般¥100、高校生以下無料。4月29日(金・祝)は「歴博みどりの日」で入苑無料。

◎ハローダイヤル ☎050-5541-8600

催し ふるまい百貨店 ～ふるまって遊ぶ～

4月17日(日) 11:00~14:00 ※雨天中止

中志津一宮公園(佐倉市中志津1丁目2)

4コマ漫画やコース、こどもゲーム、大人食堂など、様々なふるまいが自分の得意なふるまい、来場者とともに「好き」を共有します。売り買いなしのふるまい百貨店で一緒にワクワクを楽しみませんか! 入場無料。

◎ふるまい百貨店実行委員会 ◎happyjamparty@gmail.com

催し 第20回福祉施設紹介・販売フェア「大きなテーブル」

5月21日(土) 10:00~14:00 ※小雨決行

四街道市文化センター玄関前広場

四街道市内外の福祉施設約15団体が出品。新鮮野菜やパン・菓子類、クラフトなど、品物を通して福祉施設の取り組みに触れてください。入場無料。

◎四街道市みんな地域づくりセンター ☎043-304-7065

新型コロナウイルスの感染拡大状況により、イベントが変更・中止となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

STaD 映像配信のお知らせ

次回の映像配信はバードウォッチング!

今号の「すたっと歩こう!」でご紹介した「北総花の丘公園」

から、野鳥観察をお届けします。ゲストに専門家を迎え、「水の景ゾーン」などの園内を散策。解説つきで春の野鳥をご紹介します。どんな鳥と出会えるでしょうか!



▶ 配信日:5月1日(日) 13:00~

※視聴については、YouTubeのSTaD-TVチャンネルでご覧いただけます。こちらの2次元コードからどうぞ!



尚、これまでにお届けしたSTaD映像配信のアーカイブは、STaDのHP内でもご覧いただくことができます。

すたっとTV 検索 <http://www.stad-tv.com/>

STaD(すたっと) 検索 Facebook

4月29日(祝)「みらいの里さくら」OPEN!

花と里山ドッグラン  
ジャンピング・ドッグ

石窯ピッツァ&カフェ  
バンブー



ドッグラン、カフェの他に、今後BBQ場やマルシェのオープンも予定しています。詳しい情報や新着情報はHPにてご確認ください。



千葉県佐倉市六崎1085番地  
お問合せ 村山ツーリストビューロー(本社)  
~4/28 ☎043-486-7747  
4/29~ ☎043-312-9593



営業時間 9:00~18:00  
定休日 毎週木曜日・第2第4水曜日  
ジャンピング・ドッグ ☎043-312-9593  
ピザ&カフェバンブー ☎043-312-9594

↑HPは4月中旬頃公開予定 <https://mirasato-sakura.com/>

## 富里市に観光・交流拠点施設が 5月オープン予定!



観光・交流拠点施設「末廣農場」の完成予想図

富里市では、国登録有形文化財「旧岩崎家末廣別邸」<sup>すえひろ</sup>とその隣接地を相互に連携させ、一体的に活用し、市独自の資源による賑わいを創出しようと、市内七栄に新たな観光・交流拠点の施設を開設します。

国登録有形文化財「旧岩崎家末廣別邸」は、約350haを配した「末廣農場」内に大正15年に建築され、三菱の3代目社長を務めた岩崎久彌<sup>ひさや</sup>氏が晩年を過ごしました。「末廣農場」では最新の設備と機械を導入した先進的農法が実践され、久彌は養豚と養鶏を中心とする農牧事業に尽力。今日の富里農業の発展にも繋がっています。現在は「旧岩崎久彌末廣農場別邸公園」として整備が進められており、毎週日曜日に一般公開も行われています。

5月オープン予定の観光・交流拠点施設は、市独自の資産である別邸と近代的農場が実在していた歴史を背景に、同じく「末廣農場」と命名。「旧岩崎久彌末廣農場別邸公園」と一体で楽しんで貰うため道路を挟んだ立地で、観光・情報拠点としての機能はもちろん、歴史・文化ガイダンスや飲食・物販ブースなどが設けられ、富里市の魅力を体感することができます。

飲食店では、養豚事業の伝統を受け継ぎ、市内で唯一当時の「末廣農場」と同じ英国産品種の中ヨークシャー種を飼育する「堀江ファーム」のダイヤモンドポークを使った軽食メニューを始め、都内レストランにも卸している富里産マイクロリーフやエディブルフラワーを使用したサラダなど、富里市の基幹産業である農業の「歴史」と「現在」を味わうことができます。また、物販では富里産新鮮野菜や果物、加工品のほか、岩崎家ゆかりの商品なども販売。明治時代に久彌が育牛に励み、酪農事業を確固たるものにした岩手県「小岩井農場」のソフトクリームなどが姉妹農場商品として登場する予定です。



カツサンドとエディブルフラワーのサラダ(イメージ)

「旧岩崎久彌末廣農場別邸公園」では、春の花々が来園者を迎えます。中でも「百年ツツジ」の愛称で親しまれている巨大なツツジは、当時の植栽をそのままに一際存在感を放ち、長い年月を経た現在もたくさんの花を咲かせる姿に心惹かれます。また、都市公園としての側面も持ち合わせており、春のパンジー、梅雨のアジサイ、夏にはヒマワリなど、季節の花で彩られます。

富里市の新たな観光スポットで、富里における農業の今昔に触れるとともに、隣接する「旧岩崎久彌末廣農場別邸公園」で、日本の農牧研究に多大な功績を遺した先進的農場と「カントリージェントルマン」と慕われた久彌の人物像に想いを馳せてみませんか。



百年ツツジと東屋

### 【観光・交流拠点「末廣農場」】

開店:2022年5月予定

所在地:富里市七栄字獅子穴650番地206外 駐車場:104台

### 【旧岩崎久彌末廣農場別邸公園】

開放日:毎週日曜日10:00~16:00(入園は15:30まで)

所在地:富里市七栄650-25 駐車場:30台 入園料:無料

富里市役所経済環境部商工観光課

☎0476-93-4942

## まちづくりコラム Vol.49

このコーナーでは、「市民協働によるまちづくり」について、STaDプロデューサー中村正明が北総エリアでの事例を交えお伝えします!

### 地域課題の解決が、地域活性のポイント!

いよいよ、春らしくなってきましたが、いかがお過ごしですか。やっと「まん延防止等重点措置」も解除されましたので、当分の間は感染防止対策をとりながら、STaDで毎回ご紹介させていただいている地域のスポットを巡り、マイクロツーリズムを楽しんでみませんか!

さて、今号に掲載している“STaDプロジェクト”は、地域の様々な資源をいかし、地域の課題解決を図りながら持続可能なまちづくりを目指す取り組みにスポットを当て、連携・協働・情報発信等をサポートしていきたいと考えています。

昨年度、私は社会課題解決のために休眠預金を活用する制度をいかした事業の審査員をさせていただきました。魅力的なプランに共通している点は、各団体の強みを最大限にいかしていることや、弱いところを他団体と連携・協働し、様々な課題を解決し切り開いている点でした。また、with・afterコロナを意識しリアル&バーチャルで効果的なプログラムを考えている点が挙げられます。

さらに、地域課題を色々な角度で捉え、見つめ、パートナーシップを大切にしていることでした。

例えば、「里山」をテーマに考える場合、環境保全の視点はもちろん大切ですが、里山環境をいかした子育ての場、健康づくりの場、食育の場、農作物の生産の場、癒やしの場、体験型ツーリズムの場等の視点でも捉えることが重要です。

具体的には、それぞれの視点での取り組みに関心のある方々を巻き込みながらコミュニティをつくり、その上で、それぞれのコミュニティを連携・協働させることが大切。新たな価値の創造や地域・社会の課題をビジネスの手法で解決する“ソーシャルビジネス”の創出につながり、持続可能なまちづくりを目指していくことだと思います。



里山を拠点に活動する「よっかいどう野外保育さとのたね」より

# 肺がんで死なないために

聖隷佐倉市民病院 呼吸器外科部長 眞崎 義隆

新型コロナにかからないようにマスクをして三密を避けて・・・といわれます。ストレスのたまる生活がいつまで続くのかとうんざりします。それでも自分がコロナで死なないためにはワクチンを打って、感染しないような行動を心がけることができます。では肺がんで死なないようにするにはどうしたらいいのでしょうか。

肺がんは喫煙者に多い病気ですが、たばこを吸わない人にも発症し、最近では女性の非喫煙者に増えつつあります。がん種別に死亡数の順位をみると男女計では肺がんが1位で、2位は大腸がんです。肺がんで亡くなる日本人が多いことが分かります。肺がんの5年生存率は男性29.5%、女性46.8%です(国立がん研究センターがん情報サービス)。

リスクを下げるには喫煙者であれば禁煙はもちろんですが、それでもがんを予防するワクチンはありません。どうしたら肺がんで死なないようにできるのでしょうか。最近の研究結果をご紹介します。

## 低線量CT検査による肺がん検診のすすめ

肺がん検診では、レントゲン検査を行うことが一般的です。しかしレントゲンだけでは早期肺がんの発見は難しく、仮に肺がんが見つかっても残念ながらも進行した状態で見つかることも多いです。一方CT検査では、小さながんが発見され、治る状態が多く見つかるのではないかと期待されていました。そのことが米国(2011年)、ベルギー/オランダ(2018年)で行われていた大規模試験で相次いで証明され、喫煙歴がある肺がんリスクの高い方は数年毎(初年、1年目、3年目、5.5年目)にCT検査を受けると10年間で肺がんにより死亡する率が26%低下した結果が出ました。つまり肺がんで死なないようにするためには、CT検査を受けることがリスクの回避につながり、さらに被曝量の少ない低線量CT検査であれば身体への負担が少なく検査を行えます。

CT検査では非常に小さな異常も写るため、小さすぎてがんかどうか分からないものも発見されます。そのため結果的には良性だったものでもがんが否定できず追加検査や手術が行われることもあります。日本では普及はしていませんが、アメリカでは2015年から適合者に対してCT検診の無償提供が始まるなど重要性がうかがえます。

がん死亡数の順位 (2019年)

	1位	2位	3位	4位	5位
男女計	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓
男性	肺	胃	大腸	膵臓	肝臓
女性	大腸	肺	膵臓	胃	乳房

元データ：人口動態統計がん死亡データ (numberシート)



低線量CT検診 → 早期肺がんの発見 → 早期治療



図1.検診で撮影されたレントゲン画像

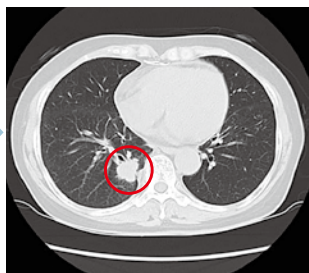


図2.人間ドックで撮影されたCT画像

図1,2は同一の肺がん患者さんの画像です。図1のレントゲン画像では一見正常に見えます。しかし図2のCT画像でみると肺がんが写っています。がんは心臓の陰に隠れてレントゲンでは見えませんでした。この肺がんがレントゲンで見える頃にはかなり進行してしまった後だと思われます。

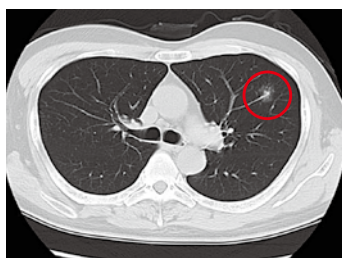


図3.肺がん患者さんのCT画像



図4.手術中の様子

図3のような小さな肺がんもCT検査で発見可能です。早期に発見出来れば手術で確実な治癒を目指すことが出来ます。



## 早期治療に向けて

喫煙者はまず禁煙です。さらにCT検診を受けることで早期に肺がんを発見出来れば手術で治る可能性が高まります。一方で喫煙歴のない女性でも肺がんが増加しています。リスクの低い人でも還暦を超えたら数年に一度で良いのでCT検診を受けるとよいでしょう。聖隷佐倉市民病院の健診センターでは低線量CT検診を受けていただくことができます。また検診を受け気になる症状などございましたら、かかりつけ医や当院の呼吸器外科へご相談ください。私どもは北総エリアから肺がんで亡くなる方が一人でも減ることを願いつつ病院で診療しております。

呼吸器外科の受診、お問い合わせ

社会福祉法人 聖隷福祉事業団  
聖隷佐倉市民病院  
Tel:043-486-1155  
(8:30～17:00)



肺がんドッグにて検査のお問い合わせ

社会福祉法人 聖隷福祉事業団  
聖隷佐倉市民病院 健診センター  
Tel:043-486-0006  
(平日9:00～16:30/土曜9:00～12:00)



# 認定(特定)看護師の紹介と看護外来の紹介

専門・認定看護室 課長 高野 弘栄

専門的な看護の知識を持った看護師(認定看護師)、9領域11名と特定看護師1名が、以下の内容で活動しています。当院に通院中の方でご相談のある方は、受診の際にお近くのスタッフにお声かけください。

★**認定看護師**:特定分野において熟練した看護技術や知識をもち、日本看護協会の審査に合格した看護師

★**特定看護師**:特定行為に係る研修を修了し、医師又は歯科医師の判断を待たずに手順書により、一定の診療の補助を行うことのできる看護師(当院では血糖コントロールに係る薬剤調整、栄養および水分管理に係る薬剤調整)



月1回、認定看護師全員が集まり、認定看護師会議を開催しています。活動計画のブラッシュアップをもうけ、認定看護師同士がお互いに支援し合うディスカッションを行っています。また、認定看護師通信の発刊やスタッフの看護の質向上に向けた勉強会企画・運営をしています。

## ■糖尿病看護

糖尿病をもちながら、毎日の生活を健康的に自分らしく過ごしてもらうことを目指して看護を提供しています。また、定期的に足の状態を確認、ご自身で出来る足のチェックや管理方法をお伝えしています。



## ■認知症看護

ご本人の強みや得意なこと・これまでの生活習慣を把握し、入院中のケアや環境調整に取り入れれたり、病棟内デイケアを活用したりすることで、少しでも安心や楽しさを感じられるよう、お手伝いをしています。



看護分野	人数	活動内容	看護外来
糖尿病看護	3 (特定1)	糖尿病を持つ患者、家族への療養支援とフットケア	生活支援外来 透析予防外来
皮膚・排泄ケア	2	人工肛門・膀胱のケア、床ずれ予防およびケア、おむつかぶれなどのケア等	ストーマ外来
認知症看護	1	認知症悪化予防のための関わり、高齢者の困りごとへの対応など	(もの忘れ外来)
がん化学療法	1	がん治療についての不安(痛み・仕事・お金・副作用など)への対応など	
慢性心不全看護	1	心不全患者の療養支援および心不全ケア・心不全教育など	
摂食・嚥下障害看護	1	いつまでも美味しく安全に食べられる楽しさを支えます。	摂食・嚥下外来
感染管理	1	病院利用者を感染症から守るための感染防止対策の実施・指導・相談	
救急看護	1	フィジカルアセスメントに基づいた観察とケアの提供	
がん放射線治療看護	1	放射線治療を安心して受けられるようサポートする	

## STaD PROJECT

地域に根ざした事業を応援!



建設中のドッグラン

うららかな春の陽ざしに誘われて、住宅地の一角にオープンする「みらいの里さくら」を訪れました。敷地に入って出迎えてくれたのは樹齢が気になる迫力の「大王松」、そしてその横には、木のぬくもりを感じるカフェテラス、奥には緑に染まるのを待つ芝のドッグラン。佐倉インターやJR佐倉駅にほど近い場所でありながら、その広々とした敷地に吹くそよ風は緑豊かな自然を感じました。



「みらいの里さくら」では、敷地面積の半分を占める竹林の里山に自然体験を楽しめる場所づくりと里山環境保全活動も進めています。総天然芝のドッグラン、ソーラーシステム完備のカフェ、カフェのピザ窯はペレット燃料を使用します。竹林では、古竹を伐採し竹炭にすることでCO<sub>2</sub>削減に貢献し、その竹炭は田んぼや畑に肥

料として活用されます。人と愛犬が共に感動を共有し、環境に配慮したサステナブルなコミュニティづくりを目指した「みらいの里さくら」は、4月29日(金・祝)オープンします。今後の展開が楽しみです。

また、STaD×三門農園×山万ユーカリファームの「アイガモが育てるお米づくり体験」から、5月の田植えを皮切りにスタートする三門農園を訪ねました。すでに田んぼ脇にあるビニールハウスでは苗床作りが始まっています。苗となる1粒の種籾が約3,000粒、約茶碗1杯分のお米になります。三門農園では、種籾を殺菌剤を使わずに湯湯処理によって消毒し育苗します。体に、そして環境にやさしい米づくりは地域の環境を守ることであり、自然の恵みへの恩返しと語る三門さん。

そして、山万ユーカリファームハウスでは、この春に初めてのいちごが実り、いちご狩りや直売所での販売、ホテルとのコラボレーションが実現しました。

今後、STaDは「みらいの里さくら」と「アイガモが育てるお米づくり」の様々な取り組みを随時レポートし、Instagramアカウント「STaD PROJECT @stad.project」にて情報を発信していきます。



### 【みらいの里さくら】

4月29日(金・祝)「花と里山ドッグラン ジャンピング・ドッグ」と「石窯ピッツァ&カフェ バンパー」がOPEN!

佐倉市六崎1085番地

☎043-486-7747(~4/28) 4/29以降は☎043-312-9593

JR佐倉駅より徒歩15分/東関東自動車道 佐倉ICより10分

\* みらいの里さくら  
公式アカウント

@mirasato.sakura



春は小野川沿いの柳が芽吹き、佐原のまち歩きや舟めぐりに最高の季節です。春風がそよそよと吹く中でのお花見や、広大な水生植物園で開催される観藤会やあやめ祭り、老舗商家に伝わる五月飾りの展示などイベントも盛りだくさん。ぜひ、春の佐原へお出かけください。



観福寺のしだれ桜

## 春の佐原

### 小江戸さわら舟めぐり

舟からゆったり町並みを見上げれば、商都として栄えた当時の面影が見られ、まちを歩いた時とは違った風情を感じることができます。

料金:大人 1,300円 小学生 700円 時間:10:00~16:00

乗船場所:「伊能忠敬旧宅」前 [kimera-sawara.co.jp](http://kimera-sawara.co.jp)

### さわら町屋館(上川岸小公園)

小野川周辺には歴史ある商家や古民家を改装した店舗が多く見られ、食事や買い物を楽しむことができます。「さわら町屋館」は休憩所やスイーツショップ、着物レンタルなどもあり、観光の拠点におすすめです。

営業時間:10:00~20:00 [nipponia-sawara.com/uwagashi/](http://nipponia-sawara.com/uwagashi/)

所在地:香取市佐原1499-1



レンタル着物でまち歩き @kimono.sawara

### 桜の名所としての佐原

古くから商都として栄えた佐原の周辺には数多くの桜の名所があり、季節になると大勢の花見客で賑わいます。境内に約700本の桜が植えられている下総国一宮「香取神宮」では、玉砂利の参道を歩きながらお花見が楽しめます。市民に憩いの場として親しまれている「佐原公園」では、伊能忠敬翁の銅像と高台の展望台の周辺に約200本の桜が花を咲かせます。川の両岸に咲き並ぶ桜が水面に映え、川風に舞う花吹雪が綺麗な「両総用水」。市役所の北を流れる「十間川」では、小さな川の両岸に咲き誇る桜並木が楽しめます。四季の景観の美しさで有名な「観福寺」のしだれ桜や山桜もおおすすめです。



香取神宮



佐原公園(諏訪公園)



### 水郷佐原あやめパーク

浮島や橋などを配置した造りは昔懐かしい水郷の情緒を味わうことができます。園内ではアヤマメやハスなどの水生植物のほか、フジやバラなども植栽。カフェやイベントスペース、遊園施設なども完備されています。

水郷佐原あやめ祭り 5月28日(土)~6月19日(日)

400品種150万本のハナショウブが咲き誇ります。小舟に乗って園内水路の水面からの眺めを楽しめるのはここだけです。

開園時間:9:00~16:30 休園日:月曜日 料金は季節で異なります。

※あやめ祭り期間中 開園時間8:00~18:00 休園日:無休

所在地:香取市扇島1837-2 [ayamepark.jp](http://ayamepark.jp)



観藤会は4/23(土)~5/5(木・祝)



※新型コロナウイルス感染拡大防止の措置で、イベントの中止や縮小開催、施設の利用が制限される場合があります。

【制作協力】プラットフォーム佐原 (<http://www.facebook.com/platformsawara>)

## 読者プレゼント 2022 4・5月号



### ①「日本サーナ」ハーブソース(200ml)とフルーツティー3種

「すたっと歩こう!」でご紹介した「日本サーナ」のハーブソースとオリエンタルフルーツティーのレッド・ブルー・イエローの3種をセットにしてプレゼント! 自然の恵みがたっぷり詰まった逸品をご堪能ください。

10名様



### ②「イルビーノ」豆乳チーズケーキ2個セット

表紙中段でご紹介した「イルビーノ」より、豆乳チーズケーキ(レーズンとフリーズドライ莓入りの2種)をプレゼント! スイーツとしてはもちろん、パンとの相性も抜群です! 尚、2022年5月30日(月)までに店舗にて受け取りが可能な方に限ります。

5名様



### ③「アクア・ユーカリ」入館券

お風呂にサウナ、プール、食事処など、子どもから大人まで一日楽しむことができる「アクア・ユーカリ」で、心も体もリフレッシュの時間をお過ごしください。利用有効期限は2022年6月30日(木)までです。

3組6名様

### 応募方法

ハガキ、または「STaD」のHPから、メールでご応募ください。

- ①氏名 ②年齢 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号  
⑥ご希望のプレゼント(第1・第2希望)  
⑦以下のアンケートにお答えください。

Q1.今号で一番興味をひいた記事を教えてください。

Q2.「STaD」はどちらで入手されましたか?

Q3.あなたの知りたい気になる健康情報をお知らせください。

Q4.「STaD」に関するご意見、ご感想をお願いします。

### 【応募先】

〒285-0012 佐倉市田町74-1

(株)コミュニティデザイン内STaD編集部

または、「STaD」のHPからもご応募いただけます!

<http://www.stad-tv.com/>

**締め切り 2022年4月20日(水)必着**

※当選者は「STaD」のHPで発表いたします。

### 編集後記

●花々の開花や野鳥たちの賑やかな声に春の訪れを感じます。「すたっと歩こう!」でご紹介したように、私たちの地域には自然豊かで春の息吹を肌で感じられる魅力的なスポットがたくさんあります! ぜひ、スイーツから行楽まで、本誌で北総の春を満喫してください。(STaD編集部)

### STaD スタッフ

- STaDプロデューサー/中村正明 ●取材・編集/加瀬聡子  
●写真/大竹久枝  
●企画・編集・印刷・発行/(株)コミュニティデザイン

(株)コミュニティデザインは、STaDの発行を始め、コミュニケーションデザイン事業(Web・印刷・イベント・TV・ラジオ等)によるまちづくり代理店を目指しています。 ☎043-486-1107

### STaDとは...

オランダ語で「まち」の意味。私達のまちから、地域の魅力をお伝えし、まちをもっと好きに、まちを元気にするまちづくりメディアを目指します。