

月に2度、函館市内及び近郊のHOTな情報 をあなたのお手元に!函館・上磯・七飯12万6千世帯無料配布。 応援しますあなたの生き方

Issue.288  
2003.11.14 [fri]

# 青いほすと

FREE!

発行/函館どつく株式会社ミッド事業部  
〒040-8605 函館市弁天町20番3号

[編集室] ☎27-9210 [営業業務] ☎23-5688  
[FAX] 23-5699 [E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp  
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/

## 11月22日は いい夫婦の日



●「いい夫婦の日」って何?●  
昭和63年に『財団法人余暇開発センター』（現・財団法人社会経済生産性本部）が、夫婦で余暇を楽しむというライフスタイルを提唱。その際、昭和60年に政府が制定した「ゆとりの創造月間」が11月であったことから、「いい夫婦」の語呂合わせで11月22日が「いい夫婦の日」として制定されました。

「いい夫婦の日」という大切さを、をれぐれも考えたことがあるでしょうか？ 私達を取り巻く社会全体の最も基本的な構成単位は「夫婦」です。夫婦関係が明るいことは、明るい家族関係の礎となり、それが明るい社会を作っていくことへとつながってゆきます。夫婦が互いを思いやり、感謝の気持ちを形にしてゆくことこそ、相手に対しての思いやりや感謝にあられた、人に優しい街を築いてゆくのではないのでしょうか。

少子化…高齢化…現代社会が抱えるそれらの問題は、夫婦ふたりだけで過ごす時間が増えてゆくことを意味します。夫婦は互いに慣れ親しむことで、相手を感じる気持ちや感謝の気持ちを一つ一つ忘れがちにならないうちも、それらが結果的に、家庭への不満につながるケースもしばしばあります。毎年11月22日の「いい夫婦の日」は、生きてゆくこ

# 秋の風情と湯けむりに包まれて… いい夫婦の日に過ぎず 二人だけの晩秋のひととき

との意味を夫婦という単位から見つめるとともに、ふたりが互いを尊重し、感謝の意を形にしようという夫婦の記念日です。制定された当初は馴染みが薄かったこの日も、最近「第2の結婚記念日」としてすっかり定着し、それぞれ素敵な1日を過ごしているご夫婦も多いようです。

さて今回は、新婚さんからシルバーカップルまで、夫婦ふたりでのんびりと晩秋の1日を過ごすことができる、道南の「癒しの温泉」にスポットを当ててみました。美しい景色と湯けむりに包まれた素敵な場所、湯上がりには美味しい物でも食べながら、ふたりで過ごした素敵な思い出や、これからのゆとりある暮らしについて、たまにはゆったりのんびり語り合ってみてはいかがでしょうか。

## 銀婚湯

●八雲町上ノ湯199  
☎0137673111



昭和2年創業の『銀婚湯』は、落部川沿いにある5000坪の庭園の中にあり、樹齢1000年を越すイチイの大樹や楓、桜、ツツジなど、四季折々の美しい景観と源泉の湯が評判。吊り橋を渡り、林を抜けたところにある丸太で作られた野趣あふれる野天風呂は秘湯の名に恥じない(宿泊者のみ利用可)。宿泊、昼食、日帰り入浴可。

日帰り入浴は大人700円、小人350円。営業時間は午前10時30分〜午後4時。日帰り入浴は毎週月曜日定休(祝日は営業)。函館から車で1時間30分。



効能／神経痛、肩こり、腰痛、皮膚病、疲労回復



## 南かやべ健康村 町民保養センター

●南茅部町字大船832  
☎0137223749

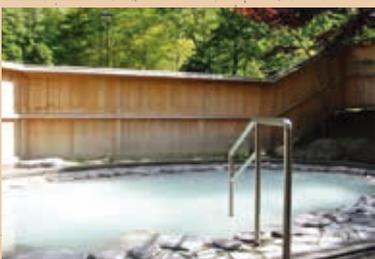


函館駅から車で60分、南茅部町の山あいにある『町民保養センター』の温泉は、含硫黄ナトリウム塩化物泉、硫化水素型・中性低張性高温泉。露天風呂は自然に囲まれ、四季折々の眺めが格別。温泉は乳白色で、芯から温まり美肌効果も…。

料金は大人370円、小学生150円、幼児70円(税込)。営業時間は午前10時〜午後9時(受付は午後8時30分まで)。休館日は偶数月の第3水曜日。



効能／神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、慢性婦人病  
※飲用可



## おぼこ荘

●八雲町鉛川622  
☎0137633123



八雲から熊石に抜ける国道277線の峠の中程にある『おぼこ荘』は、四季折々の自然豊かな山峡の湯。やわらかでサラサラとしたお湯が特徴。空と山並みを望める深流治の露天風呂は開放感にあふれ心癒される。鮭の遡上する遊樂部川やさらんへ公園など、海と山と川に囲まれた八雲の自然も魅力。宿泊、日帰り入浴可。

日帰り入浴は大人360円、中学生310円、小学生150円。幼児(6歳以下)無料。営業時間は午前10時〜午後9時。毎月第2・4火曜日定休。函館から車で約2時間。



効能／神経痛、リウマチ、疲労回復、筋肉痛、五十肩



## 明林荘

●南茅部町字川波2097  
☎0137223303



『明林荘』は川波川上流にある温泉。創業は180年ほど前と古く、緑に囲まれた風情ある温泉。泉質はアルカリ性単純温泉で無色透明。お湯は沸かさず熱すぎない程よい湯加減で、自然のままの源泉100%。飲用可。味はミネラル水のようにまろやか。温泉に入った後は、周辺の自然散策も楽しい。

函館から車で45分。料金は大人370円、中人140円(6歳以上12歳未満)、幼児(6歳以下)70円、回数券12枚3700円。営業時間は午前7時30分〜午後9時。年中無休。



効能／リウマチ、神経痛、アトピー、慢性婦人病



## 上ノ国町国民温泉 保養センター

●上ノ国町湯ノ岱  
☎01395163147



上ノ国町湯ノ岱にある『上ノ国町国民温泉保養センター』は、泉質がナトリウム・カルシウム・塩化物・炭酸水素塩泉で、循環式ではない天然温泉100%です。

大千軒岳を分水嶺とする清流天の川沿いであり、景観も抜群。憩いの場として親しまれています。



効能／卵巣機能不全症、子宮発育不全症、月経障害、更年期障害、慢性湿疹



## 憩いの家

●厚沢部町館町6283  
☎01399612632



道道上磯厚沢部線沿いの館町市街地からおよそ1キロのところに建つ館町温泉『憩いの家』は、地域住民の憩いの場として親しまれている場所。昔ながらの銭湯のような風情があり、ゆったりとくつろぐことができる温泉です。

泉質はアルカリ性単純温泉。入浴料金は中学生以上が370円、小学生以下は140円。毎週金曜日定休。入浴時間は午後1時〜午後9時(12月〜4月は午後8時まで)。



効能／神経痛、筋肉痛、関節痛、痔疾、慢性消化器病



# 鈴木麻代のお洒落泥棒

## 癒されるヘアケアエステ



それぞれの髪質に合わせたシャンプーを使ったリンスシャンプー。なんともいえぬ心地よさ。

加温しず。



① 泡トリートメントでマッサージ。頭皮から首筋、肩までたっぷり刺激。コリがほぐれて気持ちいい。思わずウトウト。



② 再びマッサージシャンプー。



③ 加温しず。



④ プロで仕上げ。

● 体験談  
トリートメント効果と合わせて、満足満足。この日、周りの人から「今日、顔色いいね！」この声もありました。

美容室に行った時に楽しみにしているのが、美容師さんの手によるシャンプータイム。癒される空間でヘアケアを受けてみたら、髪がきれいにさっぱりして頭はスツキリ。頭皮から首筋、肩まで丁寧に刺激してくれるリンスシャンプータイムを楽しんできました。

取材協力/美容室アソク  
ヘアケア/通常3000円のメニュー、青さほすで見たところ12月末日まで2000円で提供。  
カット(シャンプー、ブロー込)4000円、パーマ8000円、カラー5500円。  
午前10時〜(時間は応相談)。毎週火曜日、毎月第2月曜日定休。P有。予約制。  
● 口吉町2-1-31 ☎5655004

# 育児をはじめたお母さんの強い味方

『なでこ母乳育児相談室』代表

小松 美樹さん



「母乳育児の悩みには個人差があります。1人ひとりにしきり対応してゆくことが大切だと思っています」

育児をはじめたばかりのお母さんに、強い味方がいる。小松美樹さんは市内松陰町のマンションの1室に『なでこ母乳育児相談室』を開設した女性。函館市出身で、市内の高校を卒業後、看護師を志し看護学校に進み、在学中の出産見学がきっかけで助産師になった。

「乳房の痛みが苦しい人や、スムーズに母乳が出ない人など、出産後のお母さんには様々な悩みがある。それらに添えてゆくためには、より豊富な知識が必要と感じ、思い切つて勉強し直す決心をしました」

29歳の時、生活面で安定した病院勤務にピリオドを打ち、単身上京。痛みのない乳房マッサージなどで有名な「桶谷式」の研修センターで、乳房管理に関する技術と最新の知識を1年間学んだ。

平成12年、なでこ母乳育児相談室を開設。函館では初めての取り組みに注目が集まり、2部屋ほどの小さなスペースにはこれまで延べ700人以上の産婦が足を運んだ。

My Way

### 全力投球

道南の頑張る人紹介



## 放課後グラファイティ

函館発!! ヤングライフスタイル



清尚学院高校3年の山森万葉(まな)さん、山本博己さん、河端優子さんの3人はクラスが一緒の友達。学校近くの公園で過ごした放課後をのぞいてみました。

このコーナーに出てみたい中学生・高校生・大学生・10〜20代の社会人は☎279210(野村まで)。

河端「昨日の調理実習で作ったチョコレートケーキ、どうだった」  
山森「おいしかったよね」  
山本「チョコ、全部塗ったの。5cmだよ! 甘かった」  
河端「全部食った?」  
山森「あまったのを冷凍庫に入れたよ、お母さんが…」  
山本「間違つて、みそ汁に入れたらどうするの」  
河端「チョコまみれだったよね」  
山森「他の班よりきれいだったよ」  
山本「白衣がチョコまみれで、血のようだった」  
河端「ココアは苦かった」  
山森「え〜っ、食べたの」

「今は出産や育児に関する情報が非常に多い時代。たくさん本を読んで育児に臨むお母さんも多いのですが、やはり母乳育児の悩みには個人差があります。1人ひとりにじっくり対応してゆくことが大切だと思います」

真摯な姿勢と確かな技術が認められ、第1子の育児の時に利用した人が第2子出産後に再び利用するケースも増えているという。

「夢は、利用してくれたお母さんの赤ちゃんが大人になって出産した時に、相談を受けられるよう続けてゆくこと」

収入は病院勤務の頃と比べて著しく減少し、生活してゆくのが精一杯という現状。それでも決して今のスタイルを変えることなく、多くの産婦のニーズに日々、応えている。

「多くの母乳類は産まれた時、母乳を得なければ死んでしまうといえます。人間たつて動物なのだから、赤ちゃんにとって母乳とは、とても大切なものなのです」

相談室に付けられた花の名の通り、控え目だけれど会話のひとつひとつから垣間見る輝きが、とても印象的だった。なでこ母乳育児相談室は☎566833午前9時〜午後5時(毎週水・日曜日定休)。

## 青い目の

いい夫婦の日によせて  
▼筆者が担当するべくつこのコーナーのひとりに『子育てひろば』があります。そこには毎回、子育て中のお母さん達の切実な思いが、お便りとして寄せられてきます。

▼例えば、『家事を手伝ってもらうことに対して夫が不満をもちやすくなる。互いにストレスがたまって結局仕事をすること諦めた。』『仕事と育児の両立に疲れ果てたお母さんの声。』『子育てと家事で1日中家の中にこもりきり、まるで籠の鳥。でも、夫には3食昼寝付きといわれる。お金も時間も無い専業主婦はストレスのかたまり。』『専業主婦のお母さんの声。』▼こうした意見の背景には自分にとって最も身近な存在である夫への声にならない不満が鬱屈してあるように思われます。子育ての辛さを解つてもらえないという思いは、いつの間にか積みもり、些細なさいがきまうかけで夫婦関係がこじれた例もあります。中には諦めの境地で、どうせわかつてもらえないのだから期待するのはやめよう、割り切るお母さんも…。▼そんなお母さん達が異口同音に言うのが「夫が、子育てを含めた家事をほの少しも手伝ってくれたら…。たとえ手伝わなくても、大変だね、とつねぎらいの言葉がひとことでもあったら」といつのことです。▼ストレス社会の現代誰もが疲れています。それに夫婦に限らず、人間同士理解し合うのはなかなか難しいことです。しかし、信頼しあつて結ばれた2人ならさきつと解りあえるはずですから。向かい合う人の気持ちに寄り添う努力をほんの少ししてみませんか。大切なのはお互いの思いやりではないでしょうか。▼11月22日は「いい夫婦の日」です。この日をお互いを素直に見つめ直すいい機会にはいかぬでしょうか。(亜)

# Naruhodo Topics

## なるほどトピックス

**自然豊かな場所に移転**

疲れた時に心も体も癒してくれるアロマ。アロマトリートメントの店として評判の『ヒーリングプラザひまわり』がこの11月、市内西旭岡町にリニューアルオープンしました。

西旭岡町は緑に恵まれた自然豊かな場所です。アロマには打ってつけの環境。料金は今までと変わらずリーズナブルに提供し、希望者には自宅などへの送迎も行います。

リニューアルオープンにあたって、「お家でアロマ」（女性のみ）も行うことになりました。専用ベットの持参で自宅まで出向くので、肌を通じて注がれた愛情施術してもらって気分が



http://www.himawari-  
aroma.com/

### 自然豊かな場所に移転

### ヒーリングプラザひまわり

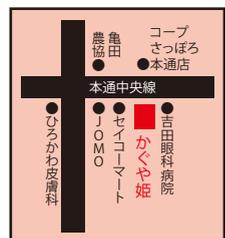
として残るのではないでしょ  
うか。

● 営業時間は午前10時～  
午後6時。毎週月曜日定休  
前日まで要予約。

● 西旭岡町3-19-3  
50-3800



「でも今年はやさか」とい  
う人もご安心。この店では、ブランド品各種の高価買取も行っている  
ので、もつ使わなくなった品を売って、欲しい物  
を手に入れましょう。特  
に、ルイ・ヴィトンに関し



**頑張った自分にクリスマスプレゼントいかが？**

今年1年間頑張った自分自身へのご褒美に、年に1度のクリスマスプレゼントはいかが？

ブランドバッグ、財布、洋服、小物類などがスリッパ、さらさらとしたリサイクルナイックかぐや姫は、憧れのブランド品が格安でゲットできる一軒です。

特に、人気のルイ・ヴィトンに関しては、新品から準備にもぜひオススメ。

「でも今年はやさか」という人もご安心。この店では、ブランド品各種の高価買取も行っている

ので、もつ使わなくなった品を売って、欲しい物を手に入れましょう。特に、ルイ・ヴィトンに関する

優良中古品まで、豊富なアイテムがそろっており、スピーディーにバケツなど、欲しかった自分の逸品をリーズナブルな価格で手に入れることができます。

また、有名海外ブランドのバッグや小物類、洋服なども数多く取り扱っており、これからの忘年会シーズンに向けてのオシャレの準備にもぜひオススメ。

● 本通2-31-6  
51-6128

### 頑張った自分にクリスマスプレゼントいかが？

## Voice

徐々に函館に戻ってみたら 曾我 直人

長期のライブツアーを終えて、徐々に函館に戻ってみたら、街のあちらこちらに空き地が増えてガランとしていた。閉じたシャッターの上に「貸店舗」の貼り紙もよく目につく。寂しい気持ちと同時に、函館を世界の人々が注目する魅力ある街にしていきたいという意志がフツフツとわいてくる。

たいご楽団ひのき屋は毎年のごとく海外ツアーを行い、音楽を通して自分達のグループと函館の街を各地でアピールしている。一昨年はアメリカ、昨年はクロアチア、そして今年の秋は台湾ツアーを行った。行く先々で世界の人々と繋がることのおもしろさを感じ、さらには現地流の街おこしに刺激を受けて帰ってくる。

例えば、ヨーロッパでは数十年前より多くの国々が、夏のバカンス期に、政府と市民が一体となって世界数百ヶ国から音楽や舞踊のグループを招き、自国民に世界中の文化を紹介するイベントを行っている。招待されたグループは、夏の期間、主催者の設定したルートに沿ってヨーロッパ中をツアーする。そのツアー先も、大都市よりは、むしろ地方都市や農村の方が圧倒的に多い。どこに住んでいようと、生の舞台に触れる機会が均等に保障されている。函館での僕の具体的な構想としては、世界中から人々が集まってくるイベントをつくること。世界中から若者が集まってくる学校をつくること（北欧では留学生に対する政府の奨励システムは日本よりはるかに進んでいる）。世界の人たちに親しまれ、喜ばれる楽団をつくること。この3点を描いている。

70～80年代、世界中のサーカス団が人気の低下から経営不振に陥り、サーカス文化そのものが滅びかけたときに、サーカスに対して新しいイメージを持つ20代の若者たちが世界各国よりカナダのケベック州に集まり、そこでシルク・ドゥ・ソレイユというサーカス団を立ち上げた。彼らはそれまでのサーカスのイメージを覆し、全く新しいジャンルを切り開きながら各国をツアーし、全世界にサーカス革命を巻き起こした。そして今や、世界で最も人気のある集団に成長している。彼らの真似をしたいと思わないが、彼らの成し遂げたことに大きな魅力を感じている。

(たいご楽団『ひのき屋』代表)



● 高丘町46-10  
59-1800



**酒まんじゅう入りのお得なセット**

市内高丘町・函館大学前通にある『パンのほりかわ』は、天然酵母と厳選した素材を使って、ひとつひとつ手作りしている真心のこもったパンでおなじみの一軒。

今秋のおすすりは、いろいろなパンが12種類楽しめるセットです。自家製の



### パンのほりかわ

### むつう整体で健康に

### イネイト療法 函館むつう整体院

ひどい肩こりや冷え性で悩む人は『函館むつう整体院』のイネイト療法を試してみませんか。イネイト療法は誰でも生み出せるがらに持っている「イネイトインテリジェンス」自然治療力」が脳幹から正しく流れるように、身体を正しく整える療法です。

身体の内なる不調は、身体の内なる不調は、身体の内なる不調は、



一般的に整体のように骨を矯正するものではなく、ヘッドに横になり、脳幹に波動を伝えることで、自分自身の生命力を身体に行き渡らせるのです。頑固な冷え性を治癒させることで、足が、寝ているうちに温かくなり、全身が心地よくなります。

● 赤川町2-2-6  
FAX 46-2266  
携帯電話 090-6213-2266

● 赤川町2-2-6  
FAX 46-2266  
携帯電話 090-6213-2266

● 赤川町2-2-6  
FAX 46-2266  
携帯電話 090-6213-2266

### Lunch time 居酒屋 マリンテーブル



**天井セット 880円**

営業時間／ランチタイム午前11時～午後2時30分（ラストオーダー午後2時）。午後5時～午前0時30分（ラストオーダー午後11時30分）。年中無休。P有。

● 中道2-8-2 ☎35-3300

「居酒屋マリンテーブル」のランチメニューはなんと22種類。ご飯物、麺類、ハンバーグなど、和食から洋食まで幅広く、ボリュームもたっぷり。今紹介するのは「天井セット」。エビと野菜の天丼に、そば、みそ汁、漬物のセットで880円。セルフサービスのコーヒールームも自由。広い店内でゆったりランチタイムを過ごせるのもいい。ほかに内容が毎日替わる日替わりセット680円も人気。





# メモリアルボード



旅行やお出かけの楽しい思い出をボードに飾って家族や友達と出かけた旅行で撮った写真、旅先で入った美味しいレストランのカード、公園で拾った落ち葉、散歩した植物園のチケットなどの思い出を、ひとつの cork ボードに集めてみました。レストランの味や散歩したときの爽やかな気分、家族やお友達との楽しい会話が蘇ってきます。そんなあなただけのメモリアルボードを作ってみませんか。

- 作り方**
- ①コルクボードにパンフレットやチケット、写真など、紙類を並べる。その上に、落ち葉をバランス良く置いていく。
  - ②ピンで、ずれないように止めて、出来上がり。



- 材料**
- コルクボード
  - 写真
  - パンフレット
  - ショップカード
  - ピン
  - ※ほか、思い出の印刷物



誕生日のメモリアルカードを飾っても素敵ですね。誕生日の写真やプレゼントのカード、リボンや寄せ書きなどを飾って素敵な思い出のボードに...



## 本紙記者がオススメ! いい店みつけた 和ダイニング 井井

●当番/鈴木 麻代

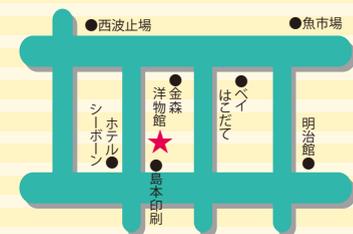
この秋、市内末広町金森洋物館横にオープンした『和ダイニング井井』は、モダンでスタイリッシュ、それでいて懐かしく親しみやすいムードがある人気の隠れ家的スポットだ。

昔懐かしい銭湯のロッカー式の下駄箱があり、靴を脱いであがる空間は至る所に遊び心が感じられ、心が和む。

メニューは無国籍創作料理で「鯖の自家製スモーク」(500円)、「フォー・ガーベトナム風汁ビーフン」(600円) など、美味しくて楽しい料理がズラリ。オリジナルメニューの「井井特製じゃが芋三昧」も注目の逸品。ドリンク類も地酒、本格焼酎、ビール(ドラフトギネス)、カクテル、チューハイ、ウィスキーなど充実。

今宵はリーズナブルな料金で、いいひとときを過ごしてみてもいい。各種宴会も可。営業時間は午後6時～11時30分 (ラストオーダー10時30分)。

●末広町13-5  
☎22-0016



### こんにちは診察室



血糖値やコレステロールを下げる効果もある食物繊維

日本病理学会認定病理医  
細胞診指導医

飯田内科クリニック院長 飯田 善樹

食物繊維は便秘の改善作用が有名ですが、便秘症以外にも血糖値やコレステロール値を下げることをご存知でしょうか。

食物繊維は水溶性食物繊維と、不溶性食物繊維の2つに分けることができます。水溶性食物繊維は果物に多く含まれるペクチン、海藻に多く含まれるアルギン酸などがあります。

小腸で糖分を包み込み、排泄させるので血糖値の上昇を緩やかにする作用、胆汁酸の排泄を促進し、胆汁酸を包み込んで排泄するため、胆汁酸の材料となるコレステロールがたくさん使われ血中のコレステロール値が下がります。海藻に含まれる植物繊維は消化管でナトリウム(塩分)を排泄させるので高血圧症の予防にも有効です。

不溶性植物繊維は根菜(レンコン、ゴボウ)、豆、キノコ、乾物(切り干しダイコンなど)に多く含まれ、胃の中で水分を吸収し膨らみ、長く消化管に留まるため満腹感を感じやすくなり、また便の量が多くなることで発がん物質やコレステロールを便に吸着させ排泄します。糖尿病、高コレステロール血症、高血圧症などの生活習慣病の予防につながり、動脈硬化を防ぐため、心筋梗塞や脳梗塞の発症を少なくしてくれます。

現代人は食物繊維の摂取量が少なく1日摂取量の平均は16グラム程度とされています。1日25グラム程度の食物繊維の摂取が健康維持のためには必要とされています。今の食事に納豆、ひじき、キノコ、根菜などを加える料理を考えてみてはいかがでしょうか。豆にはビタミンB群やビタミンEも多く含まれ、キノコには免疫力を高めるβグルカンも多く含まれています。健康維持・増進は身近な食生活の改善から始めましょう。

●松陰町1-6 ☎32-7000

### ドクター講座



#### 蓄膿(ちくのう)症

日本耳鼻咽喉科学会認定専門医  
日本めまい平衡医学会評議員

白戸耳鼻咽喉科めまいクリニック院長 白戸 勝

人間には、鼻の穴(鼻腔と言います)の両脇から両目の内側にかけて、周囲を骨で囲まれたからっぽの腔があります。この腔は副鼻腔(ふくびくう)と呼ばれ、鼻腔内への感染が生じた折など副鼻腔内に膿の溜まることがあります。これを、蓄膿症(副鼻腔炎)と称しています。

○急性副鼻腔炎-風邪の後などに、急に鼻がつまり青っぱなが出てくる場合があります。これは、風邪のウイルスのために鼻の働きが低下し、分泌液を排出することができなくなり、鼻汁が鼻腔内に貯留します。炎症のために鼻粘膜が腫れることも、この傾向をよりひどくします。このために副鼻腔には膿が貯留することとなり、急性の蓄膿状態を引き起こします。

○慢性副鼻腔炎-鼻腔の炎症が長引き鼻腔粘膜のひどい腫れが続くと、副鼻腔粘膜からの分泌液が鼻腔へ流れ出ることができず、副鼻腔に溜まります。貯留した分泌液には細菌感染が起こり、膿となります。その結果、鼻がつまる、青い鼻汁が止まらない、頭が重いなどの症状が出現します。時に鼻茸(はなたけ)というものが発生し、そのために一層鼻づまりがひどくなります。

○アレルギー性副鼻腔炎-アレルギー性鼻炎の際にも、鼻腔粘膜の腫脹のために副鼻腔に膿が溜まることがあります。また、副鼻腔粘膜自体にアレルギー性の粘膜腫脹が生じる場合もあります。

副鼻腔炎の治療は、重症の場合には副鼻腔根本手術と呼ばれる大がかりな手術が行われます。しかし、その適応となる人は昔ほど多くはありません。たいていは、局所処置と消炎酵素剤や抗生物質の内服で、経過を追うこととなります。ただ、鼻茸があったり粘膜腫脹が強くて鼻づまりが極度に強いときには、鼻茸の摘除や鼻粘膜の腫れを除去する鼻内手術が行われます。それほどひどくない副鼻腔炎でも、内服だけでなく耳鼻科医で鼻処置を受けることは有効です。鼻処置をうけると鼻内の膿汁が除去されますので、副鼻腔からの膿汁の排泄がより容易となります。また鼻汁が鼻の入り口からではなく後鼻漏の形で、のどにさがることがあります。この後鼻漏を除去してもらえば気分的にもずいぶん楽になります。耳鼻咽喉科での治療を、お勧めする所以です。

●東山2-1-28 ☎31-3387

