



切り絵

感想をお寄せください。〒780 8572 高知本町局私書箱40号 学芸部。メールは kurashi@kochinews.co.jp

ようが、病気がちで講演も難しい身としては、ありがたいこと。一人でも多くの人が私の願いを受け止め、

5/27
高知新聞

安定手すり



スタンパーZ (1万1025円)

いい品見つけ!

浜田きよ子

Aさんは和室が大好きで、夜は布団で寝ています。「畳

和室での立ち上がり楽

この手すりの足はZ状で安定性が良く、まず倒れる心配がありません。重さは二倍弱です。Aさんはひざを痛めて、畳からの立ち座りが少なくなりました。座に楽に置けます。その人の正しい暮らしを支えること、これはその人のプライドを守ることにのみならず、Aさんは和室が好きです。Aさんは和室が好きです。これを手放さずにあれこれ工夫をする。それが若い世代には珍らしいです。座っている場所の横に安定した手すり代わりのものさえあれば、楽に立つことができます。そこでAさんはいくつかの問い合わせ、出合ったのが今回のグッズです。28800

生き生きライフ

夏本番にはまだ間がありますが、実は太陽から降り注ぐ紫外線の量は六月の夏至のころが最も多くなります。この時期に強い紫外線を浴び続けると、日光角化症(老人性角化症)を発症することがあります。

ザラザラしみ要注意

しみに似ている、大きさは直径一センチから数センチ。皮膚の弾力が失われ、表面がザラザラして少し盛り上がりしているのが特徴です。約20%が有棘細胞(表皮がん)の一種)に移行するといわれており、「たかがしみ」と軽く考えないでください。直射日光が当たりやすい顔



イラスト・おかのきんや

や頭、耳、前腕部などに主に発症します。曇りの日でも紫外線は快晴時の六〜八割も降り注いでいます。これからの季節、外出する際には日傘やつばの広い帽子などを必ず着用しましょう。日光角化症は塗り薬で、有棘細胞がんは外科手術で完治できます。「おかしいな」と思ったら、できるだけ早く病変で診断を受けてください。

ロイヤル介護食



「ロイヤル介護食」村上祥子著

料理は以前に食べたときの幸せな気持ちを思い出させてくれる。だが、ミキサーなどですりつぶしただけの介護食はおいしくなく、いやいや口に残るだけだと筆者は言う。「ちゃんと生きる」ため、かむ力、のみ込む力が少し衰えた人向けの介護食を提案する。カレーの煮付け、ヒレカツなどの主菜から、酢の物などの副菜まで約百二十種類のレシピを掲載。料理を作る側の負担を軽減するポイントも紹介する。(中央法規・三、一五〇円)

AD・CLIP 朝刊版
あなたの情報広場
アド

お知らせ
催し物
●ライムイベントのお知らせ
「知らなきゃ損する税金あれこれ相談会」
◎5/31(日) 午後1時~4時
わが家を取得する時に、少しでも減らしたいのが税金。住宅ローン減税や贈与税など、制度を把握して上手な資金計画を立て

くらし快適
買います
●引越時の不用品☆高価買取!
家具家電・釣具工具事務機イス骨董 (備) 堀り出しや ☎860-5400

朝刊掲載日
日・火・水・木・金曜
締め切り
希望掲載日の前々日の正午までにお申し込みください。ただし日曜・祝日の受け付けはできません。なお、前払い制ですので送金する日時も合わせて早めにお申し込みください。
申し込み方法
一度、電話でお問い合わせ後、原稿をFAXか郵送で下記までお送りください(専用の原稿用紙の送付も可能)。高知新聞の広告取り扱い会社からの申し込みもできます。
掲載料金(最少3行から)
広告主名と電話番号の記載は必須です。ただしメッセージ欄に載せる場合、電話番号は記載できません。
◎メッセージ料金(税込)
(別)結婚・誕生日おめでとうなど

小豆島でオリーブを育
60余年。農家の目利
選んだ美容オイルを
お試ください。
子どもの頃、荒れた手に母がオリーブオイルを塗ってくれました。オリーブ農家に生まれ、身近にオリーブがあり、オリーブの良さを知りました。島で実るオリーブには限りがあり、もっとたくさんの人にオリーブの良さを伝えたい。