



健康長寿ポイント【脳卒中ワンプoint ㊸】

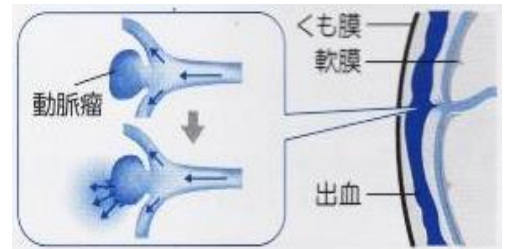
【くも膜下出血とは】

脳の表面に出血が広がり、死に至ることも多い脳を覆うくも膜と軟膜の間に出血が広がるくも膜下出血。出血の原因の多くは、動脈瘤と呼ばれる“こぶ”の破裂です。血管の“こぶ”はなぜできるのでしょうか？

動脈が枝分かれする部分は、血流による圧力がかかりやすい場所です。この部分の血管壁の中膜が薄いと血流に押されて血管の一部がふくらんできます。これが動脈瘤。破裂するとくも膜下出血をひき起こします。

血管壁の中膜が薄いのは生まれつきのことが多く、家族にこの病気になった人がいると発症率が高まります。発作時によくみられる症状は、ハンマーなどで殴られたような激しい頭痛。

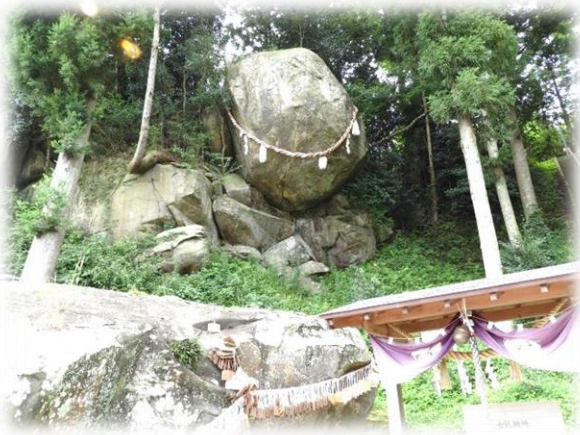
脳卒中の中で最も死亡率が高い恐ろしい病気です。



🚗 新小路区 移動研修 🚗 ～石巻・女川～

9/1 参加者 23名

石巻の釣石神社を見学。周囲が14mある巨石は昭和53年の宮城県沖地震でも落ちなかったことから、受験の神様でも知られています。



！ 女性講座 ！

9/5 参加者 11名

講師 ノエビア新宮城 小野寺 由夏さん

セルフエステ&ベースメイク講座を開催。

自分でできるフェイシャルマッサージとベースメイクのきれいな仕上げ方のコツを教えてくださいました😊



🎾 浅水ソフトテニス大会 🎾

9/6 参加者 75名

今年は天気に恵まれ、たくさんの方の参加で開催できました。試合は盛り上がり、応援も歓声が上がっていました。上手な方が多いですね(^)/



結果

優勝 巻区
準優勝 小島区
第3位 新田区
おつかれさまでした!



🍪 こどもクッキング 🍪

9/7 参加者 15名

講師 楽々ran 佐々木 仁美先生

《ちょっと早いけど！

先取りハロウィンパン🎃》

を作りました😊先生が準備してくれた生地をウイナーに巻いたミイラパンと目と口をあけたおばけパン👻

とっても可愛いパンがたくさんできあがりしました！おうちで焼くぶんの生地も作って持ち帰りました(^)/



これからの主な事業・行事

10月

- 1日(火) 文化部会
- 2日(水) 絵手紙教室 リフレッシュ教室
- 4日(金) 女性部会
- 5日(土) こどもクッキン教室
- 9日(水) 男の料理教室

10月

- 11日(金) 女性講座 移動研修
- 12日(土) シニアグラウンドゴルフ大会
- 16日(水) 絵手紙教室 リフレッシュ教室
- 19日(土) 歌声喫茶
おくのほそ道ツアー③
- 23日(水) 料理教室

