

2023年も残すところあと2カ月となりました。街からはカボチャが消え、一気に冬支度ですね。カスタネット通信11月号は学会の参加報告と、オギジビの植物についてのおはなしです。

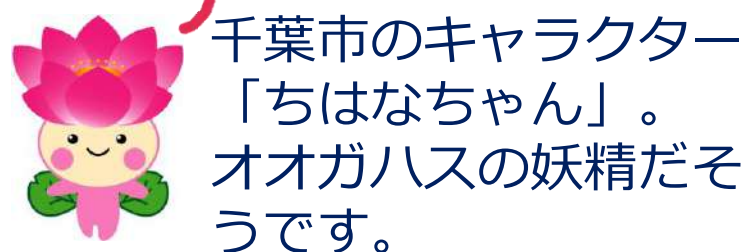
日本聴覚医学会総会・学術講演会

10月12日(木)と13日(金)に幕張メッセの国際会議場で開催された、第68回 日本聴覚医学会総会・学術講演会に参加しました。学会といえば、これまで新潟、山形、愛媛の学会に参加がてら観光もしました、という話をカスタネット通信に書きました。今回は…どこにも寄ることなく帰宅しました。



相模原市から幕張メッセがある千葉市まではけっこう距離があり、途中、葛西臨海公園の大観覧車やディズニーリゾートを横目に見ながら、電車を何本も乗り継ぎ向かいました。左の写真は学会場の最寄り駅である海浜幕張駅を出たところで撮りました。千葉ロッテマリーンズのマスコット、マーくんとリーンちゃんです。マーくんとリーンちゃんはカモメだそうです。

「海」繋がりでですね。



千葉市のキャラクター「ちはなちゃん」。オオガハスの妖精だそうです。

さて、日本聴覚医学会では毎回2つのテーマが用意されています。今回は「難聴とフレイル、認知症」と「一側性感音

難聴の現状－その問題点と対応－」でした。超高齢社会である日本では健康寿命の延伸が喫緊の課題と考えられており、栄養、運動、社会参加といった領域でフレイル予防への取り組みが盛んに行われています。また、難聴は高血圧、肥満、糖尿病などとともに認知症の危険因子の一つであるということが、新聞やニュース



会場の国際会議場までは駅から歩道橋が直結していました。

に取り上げられることも多くあります。これらのことをふまえ、私たちは補聴外来で補聴器を試聴した方々を60代以下、70代、80代の3つのグループに分け、補聴器試聴の過程を比較検討した結果を発表しました。個人差はもちろんありますが、グループとしてみると高齢になるほど補聴器の装着や操作、管理の方法を習得するまでに時間がかかるということが分かりました。



発表の様子。

補聴器試聴を始める方々のお話を聞いていると、「数年前から聞こえにくさは感じていた」という方が少なからずいらっしゃいます。補聴器に“雑音がうるさそう”、“高価”、“年を取ってから使うもの”といった印象を持たれている方も多いと思います。実際、難聴のため聞こえなかった音が入ってくるのでうるさく感じることはあります。通信販売で買う集音器よりも高額です。しかし個人の聞こえに合わせた補聴器を装用し日常生活で活用することによって、聞こえにくさのために遠ざかっていた社会参加が促され、上述したフレイル予防に役立つのではないかと考えます。聞こえにくさを感じたら、あるいは周囲の人に指摘されたら、様子を見るのではなく、まずは聴力検査を受け、自分の聞こえの状態を把握することが大切です。

学会ではたくさんの発表や講演を聞き、まだまだ消化不良です。紹介された論文などを読み、じっくり復習したいと思います。



ホテルにいた恐竜。動きます。

旅のお供



ふらっと立ち寄った本屋さんに「スタッフによる贈りものにした文庫本100選！」というコーナーがありました。海浜幕張駅まで約2時間、その間に読む本としてパッと目についた本を1冊買いました。『サルデーニャの蜜蜂』です。映画を観てイタリアに興味を持ち、大学でイタリア語を専攻しその後40年余り日伊を行来している内田洋子さんの随筆集です。私もイタリアを舞台にした映画、見たことがあります。トム・ハンクス主演の『天使と悪魔』です。ローマ教皇死去に伴う、コンクラベを主軸にしたストーリーで、バチカン市国の名所はもちろん、サンタンジェロ城やナヴォーナ広場などローマの名所がたくさん登場し、いつか行ってみたいと思っていました。

サルデーニャの蜜蜂
内田洋子



『サルデーニャの蜜蜂』では一般的な観光客はなかなか訪れる機会がないイタリアの田舎町に住む人々の生活が多く書かれています。特にボロネーゼパスタ、ブイヤベースの基となった魚介のスープ、エスプレッソ、ワインなどの食についてはバールの熱気が伝わってくるようでした。イタリアの歴史とともに、海辺に住む人、山間部に住む人の生活を垣間見ることができる本でした。

クリスマスシーズンに向けて



昨年、福袋(1000円)で購入したポインセチア、カランコエ、ガーベラ。ガーベラは枯れてしまいましたが、ポインセチアとカランコエは今年も元気です。育て方をネットで調べると、「短日処理」をしないとポインセチアは赤くならず、カランコエは花が咲かないということが分かりました。6週間～8週間、12時間以上光を遮った場所に置く必要があるようです。短日処理を始めたのが10月の3週目でしたので、クリスマスに間に合うかギリギリのところでした。夏至を過ぎ、どんどん日が短くなってきたので外に放置しておいても大丈夫かな？と考えたのですが、クリニックの周りはネオンも多く夜も明るいので、真っ暗になる部屋の中に入れることにしました。1日でも短日処理を忘れると初めからやり直し、という情報もあり上手くいくか心配です。

ポインセチア
ガーベラ
カランコエ

2022年11月

こっちはカランコエ

2023年10月

剪定後。新しい葉っぱが生えています。

2023年5月

緑の葉っぱがモリモリ！ポインセチアには見えません。短日処理1週間。変化なし。

2023年3月

昨シーズンの終わり。葉っぱがだいぶ落ちました。

きれいに赤くなるでしょうか？

