



あなたの
かたに
わたくし
ください



びんまる



MERRY CHRISTMAS!

2024
12

親子で行ける思い出づくりに...
**イルミネーション
ガイド2024**

さようなら2024... ● ハッピーニューイヤー2025 ●
0円
ママ友のも
どうぞ!

スマホで見られる **LINE** でも

びんまるWeb版
ぴんなび
Go!
日刊よ!



子育て情報サイトをチェック!

イクちゃんネット

福山市子育て支援サイト

福山市提供 休日当番医

子ども虐待防止189

えっほん! 絵本ナビ
こどもまんなか 福山市



**エクステリア・外構・
ガーデン工事専門店 Sense**

こんな困ったはありませんか?

- 外から丸見えでリビングのカーテンが開けられない
- 駐車スペースを拡張したい
- 孫が遊びに来なくなるお庭にしたい
- ワンちゃんをお庭で走らせたい
- デッキや目隠しが欲しい

新築・リフォームもご気軽にお問合せください

実際に見て触れて体感してみてください /

ふれあいホームタウンみどりまち総合住宅展示場

外構展示OPEN

Sense
Exterior & Garden

有限会社Sense

■まずはお気軽に電話ください。
084-927-7141

福山市花園町2-2-17
■営業時間 / 平日10:00~17:00
土日10:00~18:00
■定休日 / 毎週水曜日、祝日
年末年始、GW、お盆他

センス福山

キッズコーナー有

教えて!先生

第32回

早わかり
病気の知識

ママ・パパが知りたいこと 福山市医師会が伝えます

福山市医師会

今回お話をきいたのは…

久山 陽子 先生



福山市医師会の先生方に、健康に関するお話をお伺いする「教えて!先生」。第32回は久山陽子先生に「帯状疱疹・前編」をテーマに教えていただきました。

ひんまる編集室「帯状疱疹」とはどのような病気ですか?

久山先生「皮膚と神経に症状が出る病気です。神経痛のような痛みが4〜5日続いた後、赤いぶつぶつや水ぶくれが出ます。赤い発疹はその部位に集まったように出たり、神経に沿ったように帯状に出たりします。痛みだけの時は帯状疱疹とは分ならず、発疹が出て帯状疱疹と分かります。」

「腰痛で湿布を貼ったら、その湿布でかぶれた」と思っている人でも、受診したら湿布によるかぶれではなく帯状疱疹で、腰痛も帯状疱疹の痛みだった、という場合もあります。間違っている場合もありますので、早めに皮膚科医や内科医に相談しましょう。

発疹はゆつくりかさぶたになり、発疹の赤色は茶色っぽく変化していきます。そしてかさぶたは乾燥して取れていきます。かさぶたが取れるまで、だいたい数週間かかります。

厄介なのは、発疹が消えた後も続く神経痛です。「帯状疱疹後神経痛」といいます。発疹が落ち着いてくるとともに痛みもなくなる人もいますが、発疹がなくなっても数週間から、長ければ数年も痛みが続く場合があります。発疹が治っても神経の損傷が

残った状態のため、痛みが続くのです。高齢の人ほど神経痛が残りがちな傾向にあります。

帯状疱疹は通常、左右どちらかの片側に症状が出ます。全身どこにでも出ますが、体や顔に出ることが多く、半数以上が上半身に出ます。目の周りに出た場合は結膜炎や角膜炎を合併することもあるため、眼科を受診するようにしましょう。

② 帯状疱疹の原因は何ですか?

久山先生「原因は水痘・帯状疱疹ウイルスです。このウイルスに初めて感染すると、水ぼうそうになります。多くの人は子供の頃に水ぼうそうにかかります。水ぼうそうの後、何も症状はありませんが、ウイルスは体の中の神経節に潜んでいて、完全に消えることはありません。高齢になつて体が疲れたり、何か負担になることがあった際に、潜んでいたウイルスが再活性化して帯状疱疹になるのです。」

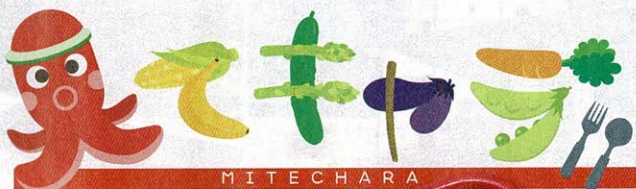
③ 帯状疱疹になりやすいのはどのような人ですか?

久山先生「帯状疱疹は年を取るとなりやすく、疲れたり無理をした際になりやすい病気です。50〜70代に多く見られますが、若い人でもかかる場合があります。抗がん剤や免疫を調整する薬を使用している人、新型コロナウイルスワクチンを接種した人が発症することもあります。」

「帯状疱疹は夏に多い」というイメージを持つ人が多いのですが、年間を通してかかる病気です。

みんな大好きおべんとう

第148回



ひんまる
キャラベニスト
賞

ちろぴの弁当&プリン弁当
こうごばさん

子供達の大好きなちろぴのとプリン。
大喜びでした!

ナチュレ
賞



ハロウィン
O.M.さん

好きなものだらけの
ハロウィン弁当を作りました。

キュアウイング弁当
すーさん

娘の推しのキュアウイング弁当♡
オープンに初挑戦しました!



わくわく親子遠足弁当♪
そうくんかーさん

幼稚園最後の親子遠足!
息子のリクエストに答えミニオン弁当♪



その他の
お弁当



ハロウィン弁当
navyさん



わんわん弁当
ピカブーさん



プリンセス弁当♡
リーママさん



ハロウィンミニオン
かりんさん

自慢のキャラ弁
&キャラスイーツ
募集中! 12/16(日)締切

メールアドレス: binmaru@e-chusen.com

件名を「見てキャラ」にして送信ください。

①キャラ弁・スイーツのタイトルと写真 ②コメント(30文字まで)

③制作者名(ペンネーム可) ④お名前・住所・年齢・性別

※応募者の個人情報は当選発表・発送のみに使用いたします。

ひんまるからのお願い
携帯・スマホで
写真を撮る場合は
一番大きいサイズの
無加工のものを送ってね!

スパイスアップ
調味料
セット(ミル付き)
ひんまる
キャラベニスト
1名

ナチュレ賞
3名

福通の人気児童子工務
ナチュレ
お菓子券
1,000円分