

新党「維新の党」旗揚げ

野党再編を目指して結党大会

衆参53議員が参加



結党大会で気勢を上げる「維新の党」所属の国会議員ら

【共同】日本維新的会(代表・橋下徹大阪市長)と、結いの党(代表・江田憲司衆院議員)は1日、合流による新党「維新の党」を旗揚げし、東京都内のホテルで結党大会を開いた。参加する国会議員は衆院42人、参院11人の計53人。橋下、江田両氏は共同代表に就任した。政権担当可能な勢力の形成に向け、民主党やみんなの党の一部を巻き込んだ野党再編を目指す。

氏は「民主黨やみんなの党、その他どの政党でも、政策の一致を前提としてどんどん糾合していくべきだ」と述べた。

新党は野党第2党となるが、民主党の115人(衆参両院の副議長を含む)には及ばず、野党内で主導権を確保できるかは見通せていない。

幹事長には橋下氏の側(衆参両院の副議長を含む)には及ばず、野党内で主導権を確保できるかは見通せていない。

幹事長には橋下氏の側

には及ばず、野党内

で主導権を確保できるかは見通せていない。

肩凝りの種類と解消法

日 常 的 に 肩 や 首 が 凝 つ
た り 、 痛 み を 感 じ た り す
る こ と が あ り ま す。 事 務
職 な ど デ ス ク ワー ク 中 心
の 人 、 肉 体 労 働 を す る
人 、 主 婦 、 学 生 な ど 、 さ
ま ざま の 職 種 や 活 動 性 の
人 が 悪 ま さ れ ま す。
単 に 「 肩 凝 り 」 と ひ と
ま と め に さ れ る こ と が 多
い の で す が 、 中 に は 病 気
の 症 状 を 反 映 し て い る こ
と や 、 注 意 が 必 要 な こ と
が あ り ま す。 いく つ か の
原 因 に 分 け て 考 え て み ま
し よ う。
ま ず 、 姿 勢 の 不 良 に
よ る も の が あ り ま す。 机 と
改 善 に は 、 部 屋 の 隅 な
い す の 高 さ が アン バラン
ス だ つ た り 、 敷 物 が 柔 ら
か 過 ぎ た り す る と 、 首 が
う つ む いた ま ま 前 か が み
に な り 、 体 へ の 負 担 が 特
に 大 き く な り ま す。
こ の 姿 勢 を 続 け る と 数
十 分 の う ち に 肩 と 首 の 痛
み が 出 現 し ま す。 環 境 の
整 備 が 改 善 に つ な が り ま
す。
次 に 、 体 自 本 の 特 徴
原 因 と な る こ と が あ り ま
す。 な で 肩 や 猫 背 の 程 度
が 強 く 、 腹 筋 や 背 筋 が 弱
い タ イ プ の 方 に 多 い で

ど壁が直角に交わった所に立ち、左右両方の壁にそれぞれ手を当てたまま、体を壁に寄せたり離したりします。ちょうど腕立て伏せを部屋の隅で立つたまするような感じです。ひじの位置を高く保つとより効果的です。

(こうそく)の前触れとして重要な症状といわれ、早めに内科を受診することが必要です。肩凝りには、筋肉と首から出る神経をストレッチすると効果があります。右の肩凝りがある場合、最初に手を体の後ろに回し、左手で右手をつかみます。続いて左の斜め下の方へ手を引き、息を止めます。

痛むこととして、ひとくくりにされがちですが、医学的には原因がたくさんあります。様子見で済むものから、早急に治療を開始しなければならないものまで、症状もさまざまです。

その中で、腰の「力所」だけ痛み、脚にしびれ、違和感、脱力感がないものは、いわゆる「ぎっくり腰」です。重い物を急に持ち上げるなど慣れない作業をした時に発生率が高く、強烈な痛みで動けなくなることもあります。回復には、痛みを和

腰痛の二
「痛み」
松江総合医療センタ
て
いつたん腰痛を起こしてしまったと、治すには整形外科などの専門医への受診が必要になります。その際、患者が症状のポイントを絞つて説明することができれば、限られた診察時間の中でも、自分にしか分からぬ痛みを正確に伝えられます。

見分け方

「他の症状」

講師・南場芳文医師 痛むか▽どうしたとき
起くるか▽痛みの程度
どのくらいか▽どのよ
な性質の痛みか▽いつ
から症状があるか▽
のような姿勢でいると
になるか一を話しま
す。例えば「腰骨の左側
純い痛みが先月からあ
立ち仕事をして

休まざるを得ない
に言ひ出だす。それは
だけだ。たゞ、出る
びねる。出る。出る
害な物。出る。出る
的にならぬ。出る。
トル。もの。出る。出る
りま

時に起こり、座つて腰の痛みがでます。腰を丸めると楽になります」というよう口います。他の症状とは、腰だけでなく脚にも影響が場合のことを指します。これは随伴症状とも言えるものです。脚に症状には、痛みやしびれがあります。具体的には、外を100メートルくらい歩くと左太も外側に帯のような形びが出ることがあります。これらの症状が

な情報です。動きと運動していることでも診断に
診に併せ、エックス
磁気共鳴画像装置
(MRI)などの診療機
使うと、より正確な
ができるとされてい
理学療法士が行う
ヒリテーションにつ
も医師の指示に基づ
進められます。いろ
な専門家がいらっ
いますが、医師や理
法士、専門機器がそ
に施設のほうがよ
しい治療を受けるこ
じくるでしょう。

日示 生活

会話 ガイド

ご注文・お問い合わせ先
詳しくはニッケイ新聞社 11-3340-6060 担当マリ
郵便でのご注文の方は、●太陽堂 ●フォノマギまで

日本語 生活会話 ガイド

ご注文・お問い合わせ先

詳しくはニッケイ新聞社 11-3340-6060 担当マリア
郵便でのご注文の方は、●太陽堂 ●フォノマギまで

ニッケイ新聞出版、宮坂国人財団・アリアンサ日伯文化連盟協賛 o Jeitinho para os brasileiros no Japão

ブラジル人のための ニッポンの Guia Prático para viver no Japão

暑りしに役立つ日本語便利帳

- ▶ 日本語とポルトガル語の勉強にすごく便利
- ▶ 面白くて分かりやすい
- ▶ 画像付き日常生活の会話
- ▶ カテゴリー別、辞書付き
- ▶ 日本の生活ガイドに有

●ニッケイ新聞社
11-3340-6060

社 ● 太陽堂
11-3208-6588

フォノマギ竹内書店
11-3104-3399

