

レントゲン検査って 大丈夫？

診療放射線技師
川崎 祐樹

レントゲン検査とはX線撮影検査のことで、放射線の一種であるX線を使用する検査です。この検査ではけが（骨折、脱臼など）や、からだの具合（肺の炎症や腫瘍、お腹のガスなど）を診ています。

放射線と聞くと「何回も撮影して大丈夫ですか」「身体に何か影響がありますか」など不安に思われるかもしれませんが、身近にはたくさん放射線が存在していることをご存じでしょうか？ 私たちは日常生活をする上で、宇宙や大地、建物の壁材、さらには人間の体内や食べ物などからも避けることのできない放射線（自然放射線）をさまざまな形で受けています。これら自然放射線による人体の被ばく線量は1人当たり年間約2・1mSv（ミリシーベルト）といわれています。



ます。

実際の検査を例にあげると、検査や普段の検査でよく行う胸部X線撮影による被ばく線量は1回あたり約0・06mSvであり、自然放射線被ばく線量からすると非常に少ない線量になっています。そしてよく心配される放射線による身体への影響は、一定の被ばく線量を超えると必ず現れる確定的影響と、被ばくした線量が多くなるほど現れる確率が高くなる確率的影響があります。どちらの影響も医療用の放射線量で発生する可能性は極めて低いと考えられます。また私たち診療放射線技師は、必要最低限の被ばく線量で検査を施行しようと日々努力しています。

何か不安なことやご不明な点がありましたら、放射線科または診療放射線技師に気軽に尋ねてください。

Cooking



第2次健康たわらもと21
第2次田原本町食育推進計画〔後期計画〕
おいしく減塩 健康づくり

作り方

- 1 ひじきは洗って水気をきっておく。
- 2 ニンジンはせん切りにする。玉ねぎは薄切りにする。
- 3 鍋にAを入れて中火にかけ、ふつふつとしてきたら1と2を入れ、汁気がなくなるまで中火で煮る。
- 4 3に炒り白ごまを加え、火を少し強め、混ぜながら水分をとばす。

塩分を少なくするために、ごまやくるみなどの種実類やかつお節を利用する方法があります。

種実類は油を多く含んでいるものが多いので、使用する前にフライパンなどで炒ると風味が増し、少量の塩分でも美味しく食べることができます。



ひじきのごま風味

1人分エネルギー：70kcal 塩分：0.4g

材料（2人分）

- ▶ ひじき（乾燥）…8g
- ▶ ニンジン…20g
- ▶ 玉ねぎ…50g
- ▶ A（砂糖…小さじ1、しょうゆ…小さじ1/2、かつお節…3g、だし汁…120ml）
- ▶ 炒り白ごま…大さじ1

消費者問題に関する2020年の10大項目

図 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 34・2087

国民生活センターでは、毎年、消費者問題として社会的注目を集めたものや消費生活相談が多く寄せられたものなどから、10大項目を公表しています。2020年は、新型コロナウイルス感染症の流行により、社会や暮らしが大きく変化しました。

- **新型コロナウイルス感染症が流行 消費生活にも大きく影響**
マスクや消毒関連製品が不足するなど、消費生活にも影響があった。コロナ禍での巣ごもり需要でインターネット通販の相談が増加したほか、新型コロナウイルスに便乗した悪質商法の相談もあった。
- **キャッシュレス決済の利用が進む も不正使用相次ぐ**
キャッシュレス決済利用によるポイント還元事業に加え、巣ごもり需要でインターネット通販での利用が増えた。現金の受け渡し避けられる利点もあった。
- **販売を伴う預託等取引契約は原則禁止、消費者庁検討委員会が意見を提示**

- **デジタル・プラットフォームなどに関する消費者取引の環境整備を検討**
オンラインによる消費者取引の多くにデジタル・プラットフォーム企業が介在し、重要な社会基盤となっている。消費者がその特徴を留意して利用すると共に、消費者トラブルなどに対するデジタル・プラットフォーム企業の役割も重要視している。
- **年齢問わず発生、無くならない身の回りの事故**
- **子ども、高齢者を問わずオンライン関連の相談増加**
定期購入、詐欺・模倣品サイト、情報商材やマルチ商法などの儲け話といったネット広告やSNSがきっかけとなる消費者トラブルが多くなった。オンラインゲームに関しては未成年者の相談が増加傾向にある。
- **「お試し」定期購入のトラブルが過去最高**
ホームページなどで「1回目90%OFF」「初回実質0円(送料のみ)」など通常より低価格で購入できることを広告する一方で、数カ月間の「定期購入」が条件となっている健康食品や飲料、化粧品などの通信販売に関する相談が過去最高になった。
- **改正民法施行、消費生活にも密接に関連**
契約などに関する基本的ルール(債権法)の変更など。
- **特定適格消費者団体による被害回復訴訟で初めての判決が確定**
- **国民生活センター創立から半世紀を迎える**
※ 訪問勧誘お断りステッカーを配布してから2年が経ちました。新しいステッカーをご希望の人は、住民保険課にて配布していますのでご利用ください。

消費生活相談

商品やサービスに関する相談

日時 毎週火・金曜日
(祝日、年末年始を除く)
午前10時～午後3時
担当 消費生活相談員
相談方法 電話
☎ 32-2901 (内線174)

Pick UP 町公式Instagram



田原本町公式Instagramの12・1月の投稿から、広報担当者イチ押しの写真を紹介します。



▲恒例・駅前イルミネーション。夜はロマンチックな雰囲気



▲新年初投稿は黒田大塚古墳。今年はいい年になりますように…



▲役場前・銅鏡のモニューメントを紹介するトン♪

人、モノ、風景、イベントなどを「#たわらもとfun」をつけて投稿しています。

右のQRコードからフォローをお願いします。

