



落語のネタに、徴兵検査の時に医者から「したを出して」と言われて、ズボンを下ろしてしまったという笑い話があります。これは、もちろん「舌」の勘違いです。

診断方法の中に舌診という方法があります。この診断法は、瞬時に全身の健康状態を知るのに大変役立つことがあり、実際、歯科の領域においても、歯周疾患やむし歯、難治性の口腔疾患の治療に役立つ情報を得られることがあります。

ところが、舌の外見には全く異常が見られないにもかかわらず、本人は痛みを訴える病気があります。「舌痛症」と呼ばれ、発症頻度は一対五の割合で女性、特に40から50歳

問合先 保健センター ☎67♦1151

## 舌痛症

代に多く、原因は不明な場合が多いです。

症状は、舌の表面のヒリヒリした痛みの他に口腔乾燥、類粘膜・口唇の異和感、味覚異常を訴えることもあります。神経症、うつ病傾向を示し、

情緒不安定で自律神経の異常がみられます。病気にこだわりの続けるために日常生活に支障をきたす場合もあります。

また、舌ではなく、原因不明の歯の痛みや抜歯後の痛みを訴え続ける場合もあります。この様な症状を「持続性身体表現性疼痛障害」といい、社会や人間関係が複雑になってきた現在、日常診療でもよく見られるようになりました。

治療法は、向神経薬投与や自律訓練法、行動療法など心身医学的療法が用いられますが、大変難しいのが現状です。医療は日々進歩していますが、この「舌痛症」や、花粉症などのアレルギー疾患など、昔はなかったような新しい病気を、次から次へと人間自身を作り出している時代です。

## 学校給食おすすすめメニュー



毎年、寒くなると給食に登場する献立です。

給食では、通常、肉の脂身部分を使用しないようにしていますが、唯一豚汁だけにはうま味とこくを出すために豚も肉の脂身を入れてあります。

### ◆材料(4人分)◆

- 豚も肉(脂身入り)..... 80g
  - 酒..... 4g
  - さといも..... 中1個
  - 大根..... 40g
  - もめん豆腐..... 80g
  - 板こんにゃく..... 40g
  - ねぎ(小口切り)..... 20g
  - 花かつお..... 10g
  - 赤みそ..... 大さじ2と1/3杯弱
  - 水..... 880cc(だし汁440cc)
- ◆作り方◆
- ①鍋に水と花かつおを入れて10分置いた後、15分沸騰さ

問合先 学校給食課 ☎66♦1800

## 豚汁



102キロカロリー (1人分)

- ②豚も肉は酒で下味をつけておきます。
- ③長さ1/3にして厚さ4mmに切ったこんにゃくをゆでておきます。
- ④だし汁に豚も肉を入れ、沸騰したらあくをとりま
- ⑤厚さ4mmの短冊切りにした大根とゆでたこんにゃくを入れます。
- ⑥次に厚さ7mmの短冊切りにしたさといもを入れ、ぬめりが残るように煮ます。
- ⑦さらに1cm角切りにした豆腐を入れ、沸騰したら赤みそを溶き入れ、味をみてねぎを散らし仕上げます。