

市川自然観察園

<http://www.city.ichikawa.lg.jp/zoo/index.html>

千葉県市川市の「レクリエーションゾーン」と呼ばれる地域にある、自然観察園に行ってきました。

日本画家、東山魁夷画伯も好んで訪れていたというこの場所は、永田谷津と呼ばれる湧き水の溢れる谷間の湿地帯に遊歩道があり、96種 1000株以上のバラ園や450本の紅葉が植えられた山など四季を楽しめます。毎年夏にはホテル観賞会、秋には紅葉鑑賞会などが開催されています。今年はコロナの影響でイベント予定はないようですが、静かにゆっくり散策するのもいいですね。

また、レッサーパンダがウリの動物園（有料）も併設されています。
●開演時間：9時～17時（年末年始は休園） 入園無料



クロスワードで秋の味覚をゲット！

プレゼント付き！
クロスワード

前回の答えは「さかな」「くじら」。たくさんご応募いただきありがとうございました！市川市Kさん、Hさん、浦安市Kさん、船橋市Tさん、おめでとうございます。今回のクイズはクロスワード。言葉を埋めて、色のついたマスに文字を並べ替えて、短歌の上の句最初の5文字を答えてください。ヒントは「百人一首」「濃い色のマスの文字は2回使用」です。また、小さい文字は大きい文字として扱ってもOKです。プレゼントは秋の味覚を3名様に。ご応募お待ちしております！

1		2	3		4	5
15	6				16	
17				7		
18						8
	19		9		10	11
12		20				13
21	14		22			23
24					25	

こたえ

締切：2020年10月17日 当選者数：3名 応募先：info@mizoguchi-shokai.co.jp または弊社社員まで、クイズの答え、氏名、住所（プレゼント送付先）、電話番号を記載のうえ送信ください。厳選なる抽選の上、発送をもって当選のお知らせとします（発送は10月末を予定）。

編集後記

夏祭り・甲子園・海水浴。。。様々なことが中止になり、季節の行事がないにも関わらず、暑さだけはやたら主張していたこの夏。それでもやっと過ごしやすくなった。外に出ると、数か月前と比べマスク着用ながらも人出が増え、少し活気が戻ってきたように感じます。生活が変わり、総理大臣も変わり、今回の特集のとおり医療も日々変わって（進歩）しています。保険も変わります。間もなく火災保険の料金が変わります。見直しはお早めに。そしてお体ご自愛ください。

●健康ワンポイント●

よく噛んで、豊かな秋を味わおう

食欲の秋。暑さも落ち着いてきて食欲も増す季節。お食事の時の「噛む」という動作。とっても重要なこと、ご存知でしたか？

「噛んで食べる」ことの大切なポイント

消化と吸収 食べ物を細かくし、唾液や胃液の分泌液を促進して、飲み込みやすく・消化吸収しやすくなります

早食い、過食の予防 よく噛むことで脳の満腹中枢が刺激され、満腹感が得られます。おかげで食べ過ぎることも防いでくれます。ちなみに、脳に信号が到達するのは大体20分後だそうです。

脳を活性化 プロスポーツ選手が競技中にガムを噛んでいる姿を見ることがありますよね。噛むことで「記憶力」「集中力」が向上されることが実証されています。また、噛むことはリズム運動にもなるので、リラックス効果のある「セロトニン」分泌を促進し、よりよい睡眠にも影響を与えてくれるようです。

より輝けます よく噛むことで口と顎の筋肉を使い・動かすことになります。表情筋が鍛えられ、美しい笑顔が自然と出やすくなります。また、顔の運動により小顔効果も！

生きていくのに必要な「食」。「噛む」質を上げることで、より一層豊かで効果的な時間にしたいですね。

みぞぐち商会ニュースレター 第18号 令和二年九月二五日発行 株式会社みぞぐち商会 電話〇四七（三二五）八一二 発行人 溝口文穂 編集人 森 紋子 制作（有）ラスコー

株式会社みぞぐち商会

ニュースレター たもつ

「保」こと、それは守りあうこと。

「保」という字は、生まれたての子どもに産着を着せて抱かたからきました。転じて、守る、助け合うの意がそこにはこめられています。わたしたちみぞぐち商会は、お客さまとの信頼関係のなかで、守り、守られ、つながっていくことを信条としています。

たった一滴の尿で全身の癌がわかる!? N-NOSE 検査、待望の実用化

またつらい検査じゃないの... ③

① ことしはがん検診、どうしようかなー

② そういえばがんの新しい検査方法が実用化されたみたいよ

④ かんたんな検査らしいわ

虫が？ おしっこで？

まんが：バント大吉

お役立ち 保険情報

画期的なガン検査が実用化となり話題を呼んでいます。ガンを見つけるのはなんと1ミリほどの虫！医療も保険も変わっていくのでしょうか!?

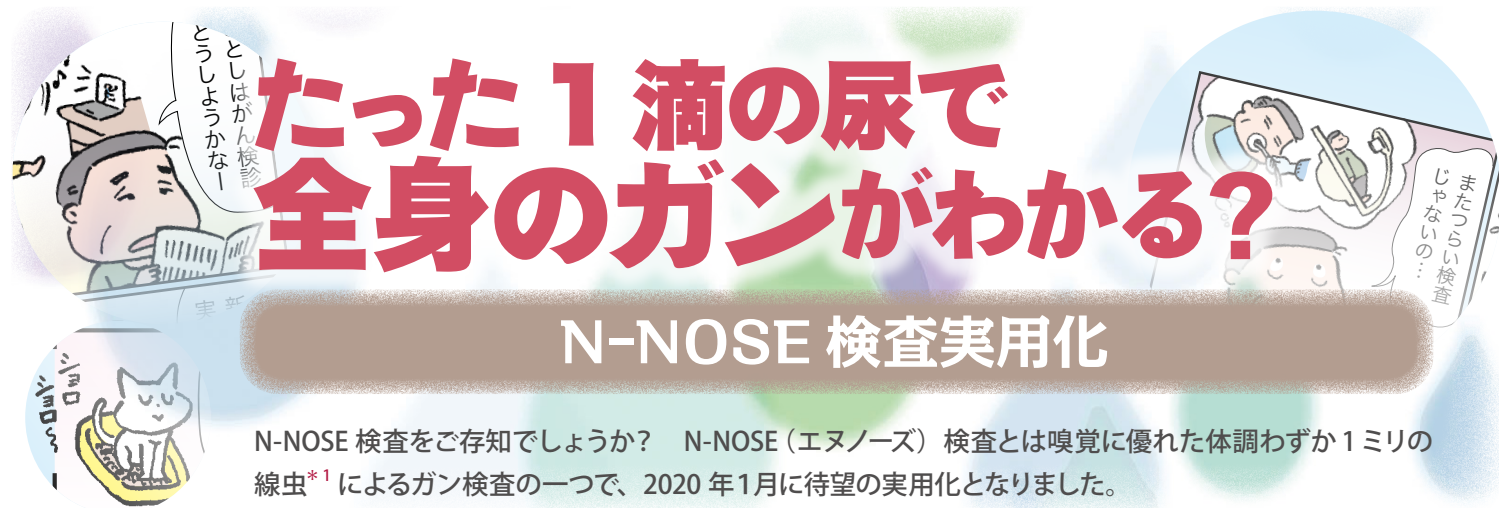
「保険相談会」のお知らせ

～ひとりひとりに寄り添った～
無料診断実施中

自動車・火災・生命保険
すべて扱う当社ならではの！
万が一のときもお電話1本一括管理

土日相談好評受付中 電話：047-325-8111
診断無料・要予約・1時間程度
HPからも予約できます
(無料個別相談希望と件名に入れてください)

くわしくは中面で！



たった1滴の尿で 全身のガンがわかる？

N-NOSE 検査実用化

N-NOSE 検査をご存知でしょうか？ N-NOSE（エヌノーズ）検査とは嗅覚に優れた体調わずか1ミリの線虫^{*1}によるガン検査の一つで、2020年1月に待望の実用化となりました。

必要なのはわかるけど 何かと気が重いがん検査

現在日本政府が推奨しているがん検査は5種（大腸がん・胃がん・肺がん・乳がん・子宮がん）^{*2}。

万が一のことを思うと定期的な検査が必要なのはわかるけれど、部位ごとに調べなくてはならず、しかも内視鏡を入れたりバリウムを飲んだり、それぞれ気が重い検査なのは否めません。また、複数個所調べるができる検査としては、人間ドックなどで行われるPET-CT^{*3}や腫瘍マーカー^{*4}などの検査方法もありますが、どちらも料金や精度などの部分で不安な点もあります。

何ともしない可能性が高いのに、部位ごとに都度予約を取るのも大変。検査も大変。時間もかかる……。

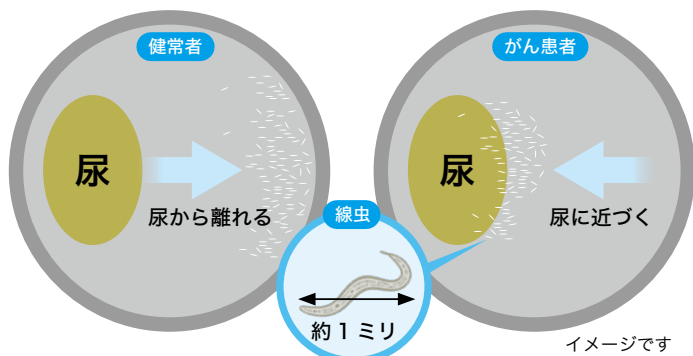
これまでの検査

本来がん検査は、1次スクリーニング検査（自覚症状のない人を含め広く実施し、可能性がある人を拾い出す）→2次スクリーニング検査（可能性がある人に対し、がんの種類を特定）→精密検査（がん組織

確認）という形で進めます。しかしこれまでの検査は1次スクリーニング検査に当たるものがなく2次スクリーニング検査・精密検査レベルでの検査が最初から行われてきました。

N-NOSE 検査とは

今回実用化されたN-NOSE検査、実は1次スクリーニング検査に求められる「簡単・便利、全身網羅的、早期発見可能、高精度、安価」という条件を満たしているのです。N-NOSE検査で発見できるガンの種類は15種〔胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮がん・すい臓がん・肝臓がん・前立腺がん・食道がん・胆管がん・胆のうがん・膀胱がん・腎臓がん・口腔、咽頭がん（2019年9月現在実用化されているもの）〕。しかも、ステージ0.1という初期中の初期のガンも線虫が検知することが臨床研究において確かめられています。また、費用は保険適用外でありながらも9,800円。検査方法はとっても簡単。尿（それも



たった1滴！！）を提出するだけでガンを発見できるのです。しかもガン患者を見分ける精度は86.3%とされています。

線虫ががんを見つける！？

線虫の嗅覚はとても鋭く、犬の約1.5倍とも言われ、ガン患者の尿に集まる習性があるため、その能力を生かした画期的な検査方法です。虫がガンを見つけるなんてすごいですね！

これによってガンの一次スクリーニング検査の常識が近い将来大きく変わって来ると言われています。

なお、現時点ではN-NOSE検査でガンリスク検知されても部位確定まではできないため詳細な検査を受ける必要がありますが、今後は部位特定もできるように研究が進められています。

簡単に早期でガンがわかるようになれば「ガンと診断されたら200万！」という今や常識のガン保険の内容も大きく変わるかもしれません。

これからの時代はガンを早期で発見し、ガンになっても今まで通りの生活を続けながら、いかに乗り越えていくか。そんなことがサポートできるガン保険が発売されると心強いですね。



もりあやこの この人に会いたい！

Buon gusto 株式会社代表取締役 尺田昌吾（しゃくだ しょうご）さん 第17回

変化に敏感でありながらも、変わらない価値を提供する

神田駅から徒歩1分。1997年の開店当初から弊社社長・溝口文穂が通う「TRATTORIA Jugemu（ジュゲム）」。今回は同店を経営されている尺田昌吾さんにお話を伺いました。

飲食業界に進もうと思われたのは？

まだ私が広島にいた高校時代、東京の友達に連れて行ってもらった表参道のカフェに衝撃を受けたのがきっかけです。

きらびやかな空間と雰囲気が入って、いつか自分も素敵なお店を持ちたいと思うようになりました。

大学進学とともに上京。まかないが出る魅力（笑）と飲食店での経験を求め大手ファミレスでアルバイトしました。様々な経験を重ねながら、やがて飲食店経営を意識してオープニングスタッフ募集のお店ばかりを回ってました。事前研修やオープン前の準備などの様子が間近に見られますからね。そしてお店の作りやメニューなど全てを担当されていた飲食業のコンサルタントの方と出会い、すぐに弟子入りをお願いをしたところ快諾してもらえたのです。

ところが父は「まずは大きな会社で社会勉強をしてから！」と弟子入りを許さなかった。結局新卒でモスバーガーで有名なモスフードサー



▶温かい雰囲気店内。

ビスに入社。ファストフードでの経験がなかった自分には学べることもあると思っての決定でした。でも店舗でハンバーガーとお金を交換する一辺倒な作業ばかり（と当時の私は感じていました）。会社は柔軟に異動を提案してくれましたが、それでは申し訳ないと半年後には退職して先のコンサルタントの方のもとで働くこととなりました。

そこでは新規店のメニュー考案、ソフトドリンクのレシピ作り、外観から内装の提案、スタッフ教育まで一通りを数店舗経験しました。でも現場経験の少ない私にはクライアントの要望に応えるのが難しいと感じました。そこで弟子入りは1年で終了し、日清が経営するリストラテに入社。そのお店に5年勤め、最後は副支配人を任されるようになりました。

ちょうどその頃、コンサルタントの方から神田にある洋風居酒屋の立て直しをしてみないか、というお話をいただいたんです。

それが Jugemu です

はい。まさきに浮かんだのは、新婚旅行でイタリアを訪れたときに印象的だった洞窟の中にあるようなイメージのレストラン。そこでJugemuは、気軽に立ち寄れて食事を楽しめる「トラットリア」にすることにしました。

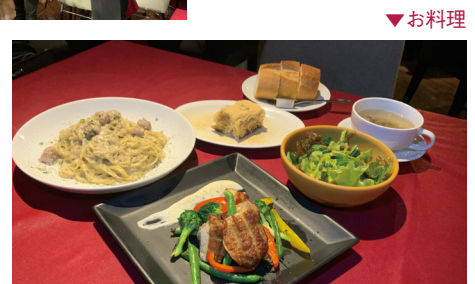
激戦区で23年も続いてきた秘訣は？ 第一にお客様の目線に立って考えること。固



尺田昌吾さん



▲スタッフのみなさんと。



▼お料理

定観念を持たずに柔軟に考えること。食べ物の流行はどんどん変わっていきます。ただ、それにとらわれず都度判断をして取り入れたりスルーしたり、何が求められているのかを見極めています。

また、気になるお店にはジャンルを問わず、スタッフも連れて視察をするようにしています。そしてイタリアンとはいえ日本のレストランなので、日本の食材を中心にお客様のお口に合うものを常に考えています。

お客様の満足度はどこで判断するんですか？

複数回来店いただけているかどうかです。食事は味だけではなく、そこで過ごす時間や空間全体が評価の対象です。1回しか来てもらえないということは、料金・サービスがお客様の求める価値に見合っていないということ。そのため、わたしも含めスタッフ全員がお客様のお顔はしっかり覚え、次のご来店をより一層大切にするようにと話しています。

Jugemu がお客さまにとっていつまでも変わらないお店であり続けられるように努力を重ねていきたいと思っています。

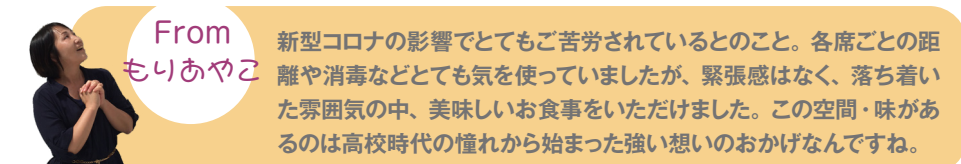
会社情報

TRATTORIA Jugemu

Facebook：https://www.facebook.com/kanda.jugemu 神田駅南口徒歩1分

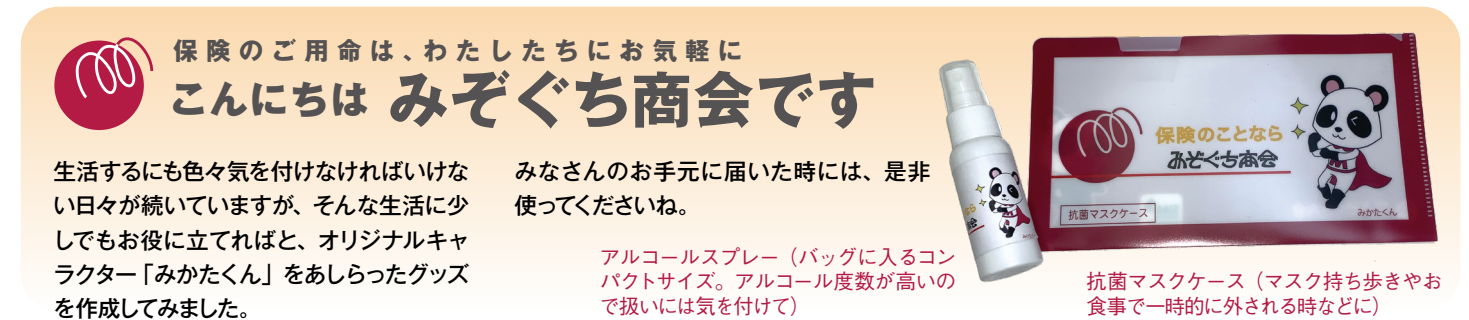
解説

- *1：線虫 線形動物に属する動物の総称。種類は1億種
- *2：国で推奨している5大ガン検診：大腸がん・胃がん・肺がん・乳がん・子宮がん 内視鏡検査、画像検査（バリウム・レントゲン等）、細胞診など、それぞれの部位ごとに検査を行うため、時間・手間がかかる。健康診断の項目に入っていることが多く、市町村などで検診の補助がでることも多い。
- *3：PET-CT 一度に全身のガンを調べる事が可能（発見しにくい苦手部位も有り）放射性物質を体内に注射するため、多少なりとも医療被曝のリスク有り。検査前には5-6時間の絶食が必須で費用も10万前後と高額。
- *4：腫瘍マーカー 一度に複数個所のガンを調べる事が可能。主に血液中のガン特異的物質（マーカー）を検知するもの。検査数値によりガンの部位を推定。一回数千円で受診可能。ガン転移や進行度合いを確認することに向いている検査で早期がんに対する精度は10%とかなり低い。また、少量とはいえ採血をするため痛みも伴う。



From もりあやこの

新型コロナの影響でとてもご苦労されているとのこと。各席ごとの距離や消毒などとても気を使っていましたが、緊張感はなく、落ち着いた雰囲気の中、美味しいお食事をいただきました。この空間・味があるのは高校時代の憧れから始まった強い想いのおかげなんですね。



保険のご用命は、わたしたちにお気軽に

こんにちは みぞぐち商会です

生活するにも色々気を付けなければいけない日々が続いていますが、そんな生活に少しでもお役に立てればと、オリジナルキャラクター「みかたくん」をあしらったグッズを作成してみました。

みなさんのお手元に届いた時には、是非使ってくださいね。

アルコールスプレー（バッグに入るコンパクトサイズ。アルコール度数が高いので扱いには気を付けて）

抗菌マスクケース（マスク持ち歩きやお食事で一時的に外される時などに）