

ASA プレミアム会員

Asahi Shinbun Service Anchor SHONAN SHINBUN HANBAI KABUSHIKIGAISSYA

朝日新聞・日本経済新聞を長期間ご購入されているお客様を対象とした付加価値のある会員制度のことです。



プレミアム会員サービス内容

① 24時間365日対応 無料電話✻健康相談

朝日新聞社が主要株主でもある「株式会社保健同人社」と提携し、24時間365日、無料で電話相談ができるシステムを構築しました。この窓口では、プレミアム会員様、ご同居ご家族様のあらゆる健康相談、育児相談、介護相談、心の相談に対して、医療の専門スタッフが迅速かつ的確にアドバイス致します。

② ご購読料の一部を環境保護活動に「寄付」



新聞紙の原材料でもある木を守り、懸念されるCO2を削減して未来の地球を守るために年1回、現在は主に植樹活動への寄付を行っています。寄付にはプレミアム会員様のご購読料の一部を充てています。

③ ご購読紙の契約自動更新(訪問営業は一切行いません)

④ ポイント制(毎月ポイントがたまり、年3回景品に交換できます)
※新聞購読料にはご利用いただけません。

※ポイント加算の上限は3,600ポイントです。

※ご購入中止の場合、未使用のポイントは無効になります。

お電話1本
入会無料!

電話健康相談について

いつでも
安心!

24時間・365日お受けしています。また、相談料も通話料もすべて無料! 突然の症状や病気の悩み、育児や介護の不安など、健康に関することなら何でもご相談いただけます。

ご利用手順

健康について困った時、知りたい時は、いつでも気軽に電話できます。匿名での相談可。

① フリーダイヤルへ電話

電話番号はプレミアム会員入会時にお届けいたしました、電話健康相談についてのパンフレットをご覧ください。

② オペレーターがID番号を確認します

お客様のプレミアム会員番号をお伝えください。※会員証を紛失された方はカスタマーセンターまでご連絡ください(上記参照)。

③ ご相談ください

プライバシーは
厳守致します

2011年12月のご相談事例より

Q. 逆流性食道炎と診断を受けました。食事や生活ではどのようなことにきをつければよいですか。(60代女性)

A. 逆流性食道炎の治療には、内服薬の他外科的な治療がありますが、それと並んで食生活や生活習慣の改善が必要になります。

【食生活改善のポイント】

①油っこい料理や刺激物(酸味の強いもの、辛すぎるもの、熱すぎるもの)を避ける。

②規則正しい食事を心掛け、食べ過ぎに注意する。③お酒はほどほどにする。

④食後3時間は胃酸が活発に分泌されるので、就寝前3時間以内の食事は避ける。

【生活の改善ポイント】

①タバコは下部食道括約筋がゆるみやすくなり逆流を誘発するので禁煙する。

②肥満を解消する。③前かがみの姿勢、ガードルやベルトなどでお腹を圧迫しない。日常生活で行う少しの努力が、病気を上手にコントロールすることにつながります。

Q. 欠損歯が数本あります。インプラント治療を希望していますが、安心して治療を受けられる医療機関をどのように選んだらよいでしょう。(20代男性)

A. インプラント治療に限らず、安心して治療を受けられる医療機関との出会いは、誰もが望むところです。「日本口腔インプラント学会」では、口腔インプラント学に関わる広い学識と、高度な専門的技能を有する歯科医師の養成を図り、専門医、認定医の資格を設けていますので、そういった専門医がいるかどうか一つの目安です。

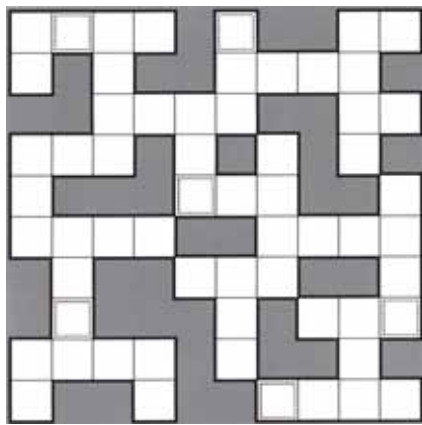
また、以下のような点について医師から十分に説明を受けることも大切です。①インプラントには向き不向きがあり、どんな人にもインプラントが向いているわけではありません。利点ばかり強調する医療機関は要注意です。ブリッジや入れ歯もありますので、それぞれの利点・欠点について説明を受けましょう。

②治療後、すぐに噛むことが出来る方法もありますが、通常インプラントを埋めた後は、噛めるようになるまで半年以上かかることもあります。治療の流れをきちんと説明してもらいましょう。

③治療費は、材料費や検査代、手術代などが上乗せされ高額になります。複数の医療機関を受診し、治療計画や見積りを比較して納得してから決めることをお勧めします。歯科医療情報推進機構ホームページ <http://www.identali.or.jp/>

(頭の体操)

スケルトンパズル



文字数をヒントに、リストの文字をマス目に埋めてください。点線で囲まれた文字を並べ替えてできる言葉が答えです。

リスト

2文字…アユ イカ コイ フナ ムツ

3文字…アナゴ イサキ ウグイ カツオ
カマス マアジ マエソ マグロ
マダイ4文字…アイナメ アンコウ イイダコ
イシダイ オキアジ クロソイ
コノシロ シマゾイ シラウオ
ツノダシ ヒメマス ムシフグ

答え

12月号の答え「アルマジロ」

毎月の古紙回収日程

雨天決行

●朝8時半までに道路から見える場所にお出ください。●回収袋に入れ、ヒモで十文字に結んでください。●新聞・チラシ以外は絶対に入れないでください。●指定日に出し忘れた場合は翌月にまとめてお出ください。●集合住宅にお住まいの方は、回収袋にマンション名・部屋番号をご明記ください。●本・雑誌も回収致します。古紙回収袋とは別に縛ってお出ください(トイレトペーパー交換の対象にはなりません)。

4日 浜見平団地、中島、柳島海岸、柳島番地、南湖2・5・6・7丁目

5日 柳島1・2丁目、松尾、南湖3・4丁目、中海岸1〜4丁目

6日 東海岸南1〜6丁目

7日 東海岸北1〜3丁目、幸町、共恵1・2丁目

8日 常盤町、汐見台、富士見町、緑が浜、浜須賀

9日 浜竹1〜4丁目、松浪1・2丁目

11日 東海岸北4・5丁目、出口町、美住町、ひばりが丘、旭が丘

12日 平和町、白浜町、若松町

13日 松が丘2丁目、十間坂1〜3丁目、新栄町、茅ヶ崎1丁目、茅ヶ崎3394〜3470番地、南湖1丁目、浜之郷、下町屋1〜3丁目

14日 松が丘1丁目、菱沼海岸、円蔵、西久保、矢畑

15日 茅ヶ崎2・3丁目、茅ヶ崎番地(3394〜3470番地以外)、元町、本村1〜5丁目、室田3丁目

16日 室田1・2丁目、松林1〜3丁目、小桜町、小和田1・2丁目、城南3〜5丁目、大庭(城南隣接番地)

17日 赤羽根、本宿町、代官町、赤松町、羽鳥4・5丁目

18日 小和田3丁目、菱沼1〜3丁目、辻堂新町3・4丁目

19日 城南1・2丁目、辻堂1・4・5丁目、辻堂元町1〜3丁目

20日 羽鳥2・3丁目、辻堂東海岸1〜4丁目、辻堂団地11・13街区

21日 羽鳥1丁目、辻堂神台、辻堂元町4〜6丁目、辻堂太平台1・2丁目、鵠沼海岸4丁目、辻堂団地10・12街区

22日 辻堂新町1・2丁目、辻堂団地9街区、ラムズ湘南、アイディコート、辻堂2・3・6丁目、辻堂西海岸1丁目(ニューライフを除く)・3丁目

23日 辻堂団地8街区、大庭(ただし、以下は25日=県営団地、湘南西部<2街区>、西部団地<3街区>、駒寄団地、パークサイド駒寄、湘南スカイハイツ)、赤羽根※藤沢大庭アパートは23日

24日 辻堂団地3街区、遠藤、滝ノ沢団地、市営第2住宅、堤(ただし、羽根沢団地は25日)

25日 辻堂団地6・7街区、県営団地、湘南西部(2街区)、西部団地(3街区)、駒寄団地、パークサイド駒寄、湘南スカイハイツ、羽根沢団地、遠藤

26日 辻堂西海岸2丁目(県公社、横町ブラッツ、ライオンズマンション)、石川1〜6丁目、石川番地

27日 菖蒲沢、吉岡、吉岡東、綾西、上土棚南、葛原、辻堂西海岸1丁目の一部(ニューライフ)

28日 用田、宮原、打戻、遠藤、瀬郷

日本画壇の風雲児

中村正義
— 新たなる全貌 —

日本画家・中村正義(1924〜77)は、若くして日展会員となりながら、61年には生来の批判精神と日本画壇の因襲への反発心から日展を脱退。60年代以降は画風を一転させ、前衛的な作品を制作して、在野の日本画家として活動を再開します。本展は、日本画の既成概念を遙かに超越した作品を描いて、「日本画壇の風雲児」と呼ばれた氏の全貌を紹介します。

<ピエロ>
1975年
紙本墨彩
125.0×83.5<三島由紀夫像>
1968年
紙本墨彩
44.0×37.0<響南図>
1963年
紙本墨彩
91.3×52.2<空華>
1951年
紙本墨彩
207.5×130

2.19(日)・4.1(日) 練馬区立美術館 (西武池袋線「中村橋」徒歩3分)

10:00〜18:00(入館17:30迄) 月曜休館
お問い合わせ TEL03-3577-1821(練馬区立美術館)

※同じ町名でも、番地によって回収日が異なります。ご不明な場合は、朝日新聞カスタマーセンターまでお問い合わせください。☎ 0120-033-084