

地域に愛される病院へ

三木病院の整形外科

「ばね指」について

今回は三木病院の院長三木冬人先生に「ばね指」について聞きました。

三木冬人院長

マイタワン(以下マ)

三木先生(以下三)

指を曲げ伸ばしした際の痛みや「引っかかる感じ」が代表的な症状です。進行すると、指が曲げにくい、伸ばしにくいといった症状がみられます。特に

朝、指を動かし始めるときに症状を感じる方もいます。

マ…どのような方に多いのでしょうか。

三…特に40〜60代の女性に多く、手や指をよく使う方は注意が必要です。軽い痛みや違和感だからと我慢していると、指が動かしにくくなることもあります。

マ…治療にはどのような方法がありますか。

三…まずは指への負担を減らし、ストレッチなどの保存治療を行います。ストレッチは無い

マ…指の痛みや引っかかりを感じたら、我慢せず早めに整形外科へ相談することが大切です。

三…はい。症状に合わせた適切な治療を検討しますので、気になる症状があればご相談ください。

マ…改善しない場合はどうなりますか。

三…腱鞘内への注射を行うことがあります。それでも改善しない場合や、指の曲げ伸ばしが難しい場合には手術を検討します。手術は腱鞘の一部を切開し、腱がスムーズに動けるようにするもので、日帰りで行えます。希望があれば入院も可能です。

9/11(金)・15(火) 婦人科 休診

医療法人 天楽会 三木病院

今治市泉川町1丁目3-45

看護師随時募集中!

0898-32-4680

http://tenrakukai-hp.com/

新都市で秋の発表会 9/21

イオンモール下松らめぎコート

市内外のチーム集うダンスや体操、幅広く登場

マイタワン今治新聞

社主催の、日頃の成果を披露する「しまなみ木のおもちゃ美術館開館半年記念 新都市秋の発表会」が、イオンモールの今治新都市(にぎわい広場1)で開催されます。

しまなみ木のおもちゃ美術館の開館半年を記念した同企画。市内外の教室や道場などが参加し、日頃の練習の成果をステージで披露します。

ダンスや体操、新体操など、さまざまなジャンルの発表が予定されており、多彩なパフォーマンスで会場を盛り上げます。

時間は10時20分から16時20分ごろまでを予定

▲春の発表会の様子

▲「歴史は韻を踏む」を執筆した越智さん

越智毅さん

「歴史は韻を踏む」を執筆した越智さん

今治と戦いの歴史ひも解く

越智毅さん(78)が、著書「歴史は韻を踏む」を執筆した。越智さんは「今治にも祖先が必死に日本を守ってきた証がたくさん残っている。貧しい時代であっても、身を削って国を守ってくれた先人たちの功績や歴史を忘れてはいけない」と話します。本書は、市内図書館で閲覧可能です。

定。観覧は無料で、買物の合間にも気軽に楽しめるイベントです。

ご家族やご友人をお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

時間	出演者名	ジャンル
10:20~	studio éclat	バレエ
10:40~	しまなみブレイクダンススタジオ	ブレイクダンス
11:00~	HAG	ダンス
11:20~	DANCE STUDIO UNITY	ダンス
11:40~	DANCE STUDIO LEGGO	ダンス
13:40~	8BEAT Kid's	ダンス
14:00~	Z-style	ダンス
14:20~	dance studio REVE	ダンス
14:40~	キッズスポーツ今治西条	体操
15:00~	MAUL DANCE SCHOOL	ブレイクダンス
15:20~	少林寺拳法 今治道院	少林寺拳法
16:00~	しまなみ新体操クラブ	新体操

※9月4日時点の情報です

ランニング準備%

「しまなみランニングバイク選手権2026」が11月1日、なみかた海の交流センター(波方港)で開催されます。しまなみ海道をサイクリングしている気分を味わえます。QRコード

▲申込はこちら

三木病院婦人科医師の越智毅さん(78)が、著書「歴史は韻を踏む」を執筆した。越智さんは「今治にも祖先が必死に日本を守ってきた証がたくさん残っている。貧しい時代であっても、身を削って国を守ってくれた先人たちの功績や歴史を忘れてはいけない」と話します。本書は、市内図書館で閲覧可能です。

みんなでわっど!ぷら!あそびにおいでよ!

9/12(土)・26(土) 予約不要 入場無料

犬・猫譲渡会

毎月第2・4土曜開催! 愛媛県内で家族を待っている保護ねこ・保護いぬたちのために定期譲渡会「えひめっこのお家さがし」を開催いたします。

時間 13:00~16:00

場所 入口ゲート(セリア前)

主催:パリねこえひめ/NPO法人犬猫ライフ

9/13(日) 参加無料 小学生以下のお子様限定

ジャンプワールド主催

おもちゃのおさかな釣り大会

釣ったおもちゃのおさかなの数によって賞品をプレゼント! ぜひ親子そろってご参加ください☆

時間 14:00~15:00 (最終受付14:50)

場所 ジャンプワールド 今治店前 特設会場 (雨天決行)

9/16(水) 参加無料

わっどファミリールーム

就学前の乳幼児とその保護者が一緒に過ごすことのできる空間です。おもちゃで遊ぶもよし、何か作るもよし、買い物途中で親子が息抜きできる場所の提供を目指します。

時間 10:00~12:00

場所 センターコート2階 特設会場 (100円ショップ セリア2F)

KIX BEAUTY MALL

2026 10月上旬 OPEN予定

サロン出店オーナー募集!

全8区画 賃料 8万円/月 区画 6坪~

募集 EYE・エステ・ネイル・リラクゼーション・ヨガ・その他業種もOK

サロン出店オーナー様説明会 9月16日(水)13:00~ ワールドプラザ2F

株式会社 LANDMARK 0897-47-5005

ホームページ

敷金・礼金0円

内装工事完備

原状回復工事不要

KIX 新居浜店、KIX西条店も運営中

10月1日新規OPEN!

親子が笑顔になれる場所が ワールドプラザ センターコート2Fに誕生

こころひろば おおきくなあれ

就学前の乳幼児とその保護者の遊び場です。

ご利用のご案内

対象 0歳からおおむね3歳までの乳幼児とその保護者

利用料/無料

時間 10:00~16:00

休日/日曜・祝日・年末年始

9/21(月)祝 参加無料

秋の交通安全ふれあいフェア2026

・白バイ・パトカー展示&記念撮影

・こども免許証発行コーナー

・自転車シミュレーター体験

・今治オレンジプロサムの選手とシュート体験コーナー

・飲酒ゴーグルで危険体験

ぜひご家族やお友達と一緒にご参加ください

時間 13:00頃~

場所 センターコート1階 (荒天中止)

9/22(火)祝 参加無料 小学生以下のお子様にお菓子プレゼント

わっどチョークアート

地面にチョークで自由に絵を描ける非日常的な体験を楽しめる親子参加型アートイベントです。

時間 14:00~

場所 入口ゲート(ZAKZAK横) (雨天中止)

9/27(日) 観覧無料

うぐいすアンサンブル 秋桜ライブ

季節に合わせたアコースティックライブ! 歌謡曲からポップス、ジャズ、季節の曲などの演奏!

時間 14:00~

場所 センターコート2階 特設会場 (100円ショップ セリア2F)

主催:ジャムサウンズ

出演:うぐいすアンサンブル

センター棟 リニューアル 改装工事中

新規テナント続々オープン

ワールドプラザ ワールドプラザ

〒799-1506 今治市東村1丁目14番2号

tel.0898-47-0560

年中無休

https://imabariworldplaza.com

ワールドプラザ 最新情報 発信中!

Instagram 公式アカウント

LINE 公式アカウント

※イベント・企画内容は予告なく変更になる場合がございます。 ※お客様各自で熱中症対策・暑さ対策をお願いいたします。