

保健婦だより

健康カレンダー十一月

気がつきにくい糖尿病

十一月四日～十日は全国糖尿病週間です。豊かな食生活と運動不足により、糖尿病に悩まされる人が年々増えています。糖尿病とはどんな病気なのでしょう？

私たちが食べ物から得たブドウ糖は、膵臓から分泌されるインスリンというホルモンの働きでエネルギーに変えられるとともに、血液中では一定に保たれています。ところが、何かの原因でインスリンの不足が起ると、ブドウ糖がうまく利用されず、血液中にたまり、尿にも糖が出るようになります。インスリン不足で糖質代謝の障害を起す病気、これが糖尿病なのです。

また、糖尿病には、子供や若い人に多く、発病が急激で、やせが目立ち、インスリン注射が欠かせない「インスリン依存型」と、中高年に多く、過食や運動不足、肥満などが引き金となり、今後も増加すると予想されている「インスリン非依存型」の二つのタイプがあります。

糖尿病は、初期のうちにはほとんど自覚症状がありません。高血糖が続くと、「のどが渇く、だるい、疲れやすい、急にやせてくる、尿量が多い」などの症状が現れます。症状がなかなか出にくい病気ですから、定期的な検診を受けることが、早期発見につながります。尿に糖が出て高血糖が続いているのに、自覚症状がないからそのままにしておく、やがて合併症が起

こつてきます。痛いなどの感覚がなくなる「神経障害」、失明の原因になる「網膜症」、尿毒症を起こす「腎症」が糖尿病の三大合併症です。症状がでにくく、気づいたときには病気がかなり進行しているという点から、糖尿病はこわい病気であると言われているのです。規則正しく、バランスのとれた食生活と、適度な運動に心がけ、糖尿病を防ぎましょう。



ツベルクリン反応検査とBCG接種

左記の日程で予防接種を行います。該当のお子さんは、対象となる地区の会場・日時で受けましょう。

- ▼対象者 ①↓平成七年一月一日～平成七年十二月三十一日までに生まれた乳幼児。
- ②↓①の期間以前に生まれ、

生後四十八ヶ月までに一度も受けていない幼児。

- ▼接種方法 ツベルクリン反応検査を行い四十八時間後に判定、結果の陰性の者にBCG接種を行う。陽性の者再度ツベルクリン検査行う。
- ▼注意事項 接種を受ける日は、母子手帳を持参してください。

お問い合わせは、福祉保健課健康係(☎五四一―一―内線四二三・四二四)

| 実施地区 | 会場 | ツベルクリン反応検査日時 | ツベルクリン判定及びBCG日時 |
|-----------------------|----------|--------------------------|---------------------------|
| 所野・七里・野口 和泉・山久保 地区 | 福祉保健センター | 11月13日(水) 午後2時～3時 | 11月15日(金) 午後2時～3時 |
| 細尾・清滝 地区 | 福祉保健センター | 11月18日(月) 午後2時～3時 | 11月20日(水) 午後2時～3時 |
| 東町・西町 地区 | 福祉保健センター | 12月4日(水) 午後2時～3時 | 12月6日(金) 午後2時～3時 |
| 湯元・中宮祠 地区 | 中禅寺医院 | 12月9日(月) 午前10時30分～11時 | 12月11日(水) 午前10時30分～11時 |
| 小来川 地区 | 小来川診療所 | 12月16日(月) 午後2時～3時 | 12月18日(水) 午後2時～3時 |

受付時間⇒いずれも 午後1時30分～2時30分まで
中禅寺医院 午前10時30分～11時まで

みなさんからの おしごと

平成八年九月一日～三十日 社会福祉協議会・善意銀行扱い分 ※敬称略

現金預託

- ▼社会福祉へ 稲荷町二丁目石楠花会 一千元、匿名 五千元、匿名 三千元、匿名 一千元
- ▼下野三楽園へ 匿名一千元、交通遺児へ 山田春子(所野)一千元、

物品預託

- ▼いちいの家へ 松原町婦人部 あゆみの会 三千元、匿名 三千元、野沢光枝(稲荷町二)二千元、匿名 一千元、日光キスゲ作業所へ 匿名
- ▼誕生日ありがとう運動本部 匿名 古切手 六百三十枚
- ▼身体障害児(者)へ 鶴島アヤ(安川町) オシメ二十枚

人のうごき

(平成8年9月30日現在の住民登録人口)



市の花 ニッコウキスゲ

| | |
|--------|--------------|
| 人口 | 18,994人 |
| 男 | 9,295人 |
| 女 | 9,699人 |
| 世帯 | 6,730世帯 |
| (転入) | 52人 (出生) 9人 |
| (転出) | 50人 (死亡) 11人 |
| (転出取消) | 0人 |