

広報たかなべ

2015. 3. 20 NO. 393



- ・受けていますか？「がん検診」
早期発見・早期治療のススメ
- ・みんなが笑顔で暮らせる地域づくり
- ・パブリック・コメント制度って何だろう？
- ・委員公募制度って何だろう？
- ・2015 春季キャンプin高鍋
- ・手作りリーフレットとマップで情報発信！
- ・キラリ★輝く 全国の舞台で力走！
- ・まちの話題
- ・わが町の宝物

「おひなさま」みたいになりたいな…

高鍋町歴史総合資料館に寄贈・寄託された七段飾りのひな人形が今年も黒水家住宅（家老屋敷）に展示されました。桃の節句にちなんで、明倫保育園の女の子8人が見学に訪れ、華やかなひな人形を見て「私はこのおひなさまが好き」「私はこっち！」と話しながら、お行儀よく眺めていました。

受けていますか？

「がん検診」

早期発見・ 早期治療のススメ

日本人の2人に1人がかかり、死亡原因の第1位を占めるがん。しかし、診断と治療の進歩により、一部のがんでは、早期発見、早期治療が可能となつてきました。自覚症状がないうちに進行するがんを早期に発見するためには、「がん検診」を受けることが大切です。

がんは身近な病気

日本では、年間34万人以上の方が、がんで亡くなっていますが、これは、年間死者数の3分の1にのぼります。がん細胞ができると、すぐには退治してくれるのが免疫細胞（リンパ球）です。免疫細胞は、できたばかりのがん細胞を攻撃して死滅させます。がん細胞があると、それがやがて塊となり、がんになります。

【別表1】

がん細胞は、健康な人の体でも、1日に5000個までがん細胞は、年間には30～40代の方にも多く発症し、最近では20代の若い世代にも増えてきています。

がん検診の意味

がんの進行は、年齢や種類によつて異なつてきます。

例えば乳がんは、2歳以下の場合を早期がんといいます。がん細胞が1センチになるには約10年かかる程度しかかりますが、1センチからなるには1年半かかるとあります。

個人で医療機関などを利用して、がん検診を受けている方もいるため、一概の言えませんが、高鍋町がん・乳がんの検診を行っています。

町では毎年、胃がん・腸がん・肺がん・子宮頸がんの検診を行っています。がん検診は、無症状の早い時期にがんを発見し、適切な治療を行うことで、多くの人の命を助けるために行っています。

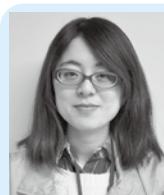
診を1～2年ごとに受けたり、がんを早期に発見すれば、がんを早期に発見することができます。しかし、間隔をあけてしまうとがんが発見されたときは進行していることもあります。がん検診は、命を落としてしまったかもしれません。がん検診は、命を落としてしまったかもしれません。



【別表2】 高鍋町がん検診受診率

国は平成22年度、県は平成24年度
町は平成25年度のデータ

検 診 名	受診率(国)	受診率(県)	受診率(町)	がん発見者数(町)
胃 が ん	32.5%	7.9%	7.3%	2人
大 腸 が ん	26.0%	16.6%	10.6%	1人
子 宮 頸 が ん	28.7%	25.5%	20.1%	7人
乳 が ん	30.6%	6.0%	18.2%	3人



安部 真理子
保健師

早期がんを見つかるのは 「がん検診」だけです！

がんは、体に異変を感じたり、痛みや出血などの症状が出たときには病状が進行していることがあります。

検診は、一度受けたから終わりではなく、毎年受けることが早期発見につながります。

がんから身を守るため、「自分には関係ない」ではなく、「自分もあるかもしれない」という気持ちで、検診を受けましょう。



秋月 稔郎さん
(72歳)

楽しい毎日を過ごすために

私は70歳になったとき、保健師さんの勧めもあり、胃がん検診を受けました。これまで、特に体調の悪いところもなく、自分の家系にはがんはないと思い込んでいたところもあり、積極的に検診を受けていました。

検診で映りの悪い部分があり、精密検査を勧められて病院に行き、早期のがんが発見されました。

早期発見のおかげで、日常生活をこれまでと変わらず元気に過ごせています。早く見つかれば、楽しい人生が送れます。皆さんもぜひ、積極的に検診を受けてください。

◆お問い合わせ 健康づくりセンター TEL：23-2323

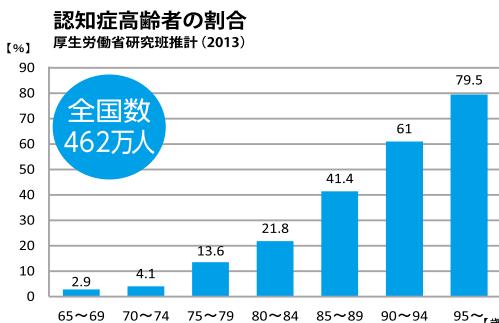
みんなが笑顔で暮らせる地域づくり



～認知症の正しい理解とその予防について～

オレンジリングは認知症
サポーターの目印です

【別表1】



※65歳を過ぎると5歳ごとに認知症患者数が増加していくことから、認知症と加齢は大きく関係することがわかります。

認知症とは、「病名」を指すのではなく、脳や体の病気などによって脳細胞が死んでしまつたり、働きが低下することにより、記憶力や判断力、計画力などが阻害され、日常生活を継続することに支障が出ている「状態」のことです。

認知症の主な症状は、新しく経験したことを記憶にとどめることが困難となる記憶障害や自分が分からなくなる見当識障害、そしてお金の計算や計画を立てようなどができるなくななるといった判断力の低下が上げられます。しかし、これらは認知症本来の症状として、徘徊する・暴力を振るう・興奮やすい・すぐ怒り出すなども上げられます。しかし、これらは認知症を知るために誤解や偏見をなくし、正しく理解することがとても重要です。

認知症は加齢が大きな要因ではあります。しかし、ふだんから予防を取り組むことが大切です。2月14日、高鍋町美術館で認知症の正しい知識や予防を学ぶ

私たちの暮らす日本は、世界有数の長寿国であるとともに、世界高齢化に伴う認知症の増加とその対策が課題になっています。平成24年度時点では、全国の65歳以上の高齢者約3079万人は、約42万人にのぼると推計されます。【別表1】さらに、認知症を発症する前段階とみられる軽度認知障害(MCI)の高齢者は、約400万人と推計され、高齢者のうち、4人に1人が認知症の可能性があるということになります。

この数値は、高齢者人口の増加と寿命の延びにより、今後ますます増加すると見られています。しかし、認知症患者数が増加すると見られていました。認知症の主な症状は、新しく経験したことを記憶にとどめることが困難となる記憶障害や自分が分からなくなる見当識障害、そしてお金の計算や計画を立てようなどができるなくななるといった判断力の低下が上げられます。しかし、これらは認知症本来の症状として、徘徊する・暴力を振るう・興奮やすい・すぐ怒り出すなども上げられます。しかし、これらは認知症を知るために誤解や偏見をなくし、正しく理解することがとても重要です。

「第2回認知症シンポジウム」(高鍋町認知症介護者のつどい主催)が行われ、けいめい記念病院(国富町)岡原一徳副院長と同病院健康支援センター日吉真理子所長による講演が行われました。

「認知症予防と運動」について講演を行った日吉所長は、認知症を予防するには「体と頭とコミュニケーション」を組み合わせることが重要であると話しました。日常生活の中で、工夫して軽い運動を取り入れることや地域の仲間づくりを積極的に行うこと、楽しく会話しながら体を動かすことが、もつとも効果的であると来場者に伝えました。

● 家族や地域で支える

認知症患者が、地域で穏やかに生活するためには、家族や周囲の方の理解やサポートが必要です。高鍋町認知症介護者のつどいの与那城耐代表は、「認知症患者の介護を一人で抱えて悩んでいる方、自分の心のケアをするために、同じ悩みを共感できる介護者のつどいに、ぜひ参加してください」と話します。介護者のつどいは、毎月第2金曜日、午後1時30分から社会福祉協議会で行っています。

また、役場や地域包括支援センターなどを活用し、みんなが笑顔で暮らせる地域づくりについていきましょう。

● 認知症の現状

● 認知症を知る

◆お問い合わせ 健康福祉課 介護・高齢者福祉係 TEL: 26-2008



けいめい記念病院
岡原 一徳 副院長
(認知症学会専門医・指導医)

早期発見・早期治療が重要です

認知症が疑われた時には、まずは神経内科医、脳外科医、あるいは認知症専門医を受診し相談することが大切です。

診察や検査によって、認知症の症状が加齢によるものなのか、脳梗塞や脳腫瘍などの病気によるものなのかを判断することにより、その後の治療が大きく変わってきます。

現在、アルツハイマー病やレビー小体型認知症には、進行を遅らせる有効な薬剤もあります。少しでも早く治療を行えば、それだけ患者さんが日常生活において穏やかに過ごせる時間が長くなります。

家族の変化に早く気づき、治療につなげるためには、日ごろからの関わりが大切です。

症状の悪化や孤立化を防ぐためにも、家族や周囲の皆さんと一緒に信頼関係を築き、早期発見・早期治療に心掛けましょう。

① パブリック・コメント制度

つて何だろう？



どんな制度ですか？

パブリック・コメントとは、
市民の皆さん的生活に広く影
響を与える計画や条例などを
策定・変更するときに、その
内容を「案」の段階で広くお
知らせし、皆さんからの意見
や提案などを募集するもの
です。

私たちが提出した意見
はどうなるの？

そして、いたいたい意見を
もとに必要に応じて案の修正
を行うなどして、最終的な意
思決定を行います。また、寄
せられた意見は集約し、町の
考え方と合わせて公表します。
これら一連の手続きのことを
パブリック・コメント制度と
言います。

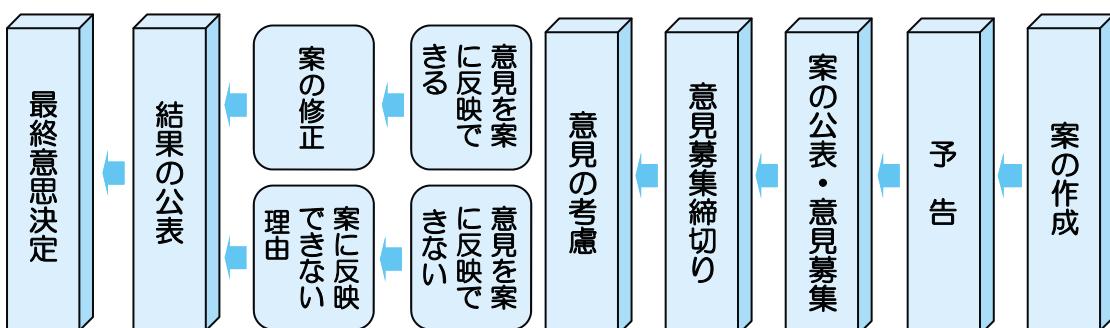
なぜこの制度が必要？

地方分権が進み、町の権限
が拡大する半面、町独自の行
政運営が必要となつており、
今まで以上に責任ある自治体
であることが求められています。
このようなことから、町の
意思決定における公正の確保
と透明性の向上を図るため、
皆さんの意向を反映した住民

みんなでまちをつくる

参加による行政運営が必要で
す。皆さんと一緒に、よりよい
まちをつくりいくために、
とても大切な制度です。

パブリック・コメント手続の流れ



② 委員公募制度

つて何だろう？



どんな制度ですか？

町では、まちづくりの過程
の中で、さまざまな計画を策
定するときに審議会などを設
置し、その中に市民の皆さん
の意見を反映させる機会を保
障するために、委員の公募を
行っています。これが、委員
公募制度です。

平成19年に「高鍋町審議
会・委員会等委員の選任に關
する指針」を制定し、この指
針に沿つて、実際に活動する
各種団体の代表者などの選任
におむね2割程度を公募し
ています。

私たちが委員になつた
ら何をするの？

なぜこの制度が必要？

町では、重要な計画などに
係る意思決定過程を明らかに
し、皆さんと情報共有を行ひ
ながら、よりよいまちづくり
に取り組みます。そして、今
後も皆さんのが行政に参加しや
すい環境づくりを進めています。
このようなことから、町の
政策などを考える過程から
皆さんに参加していただき、
その意見を反映させるため、
委員公募制度が必要です。

協働のまちづくり

町は、さまざまな観点からの検
証や議論が必要です。特に政
策などの影響を大きく受けた
皆さんからの意見を生かすこ
とが大切です。

専門的知識は必要ありません。
町内にお住まいの20歳以
上の方であれば、どなたでも
応募することができます。
ぜひ、皆さんの意見を行政
に反映させるため、委員公募
制度に参加してください。

