

氷川町キャッチフレーズ【大地の恵み歴史の香り氷川町】

特集

地蔵祭り・造り物大会



実りの秋

C o n t e n t s

- 2 もくじ
- 3 地蔵祭り・造り物大会
- 4 職員給与・定員管理などを公表します
- 5 住宅リフォーム等促進事業
- 6 すくーるらいふ(竜北東小学校)
- 8 インフルエンザ予防接種のお知らせ
- 9 第11回ふれ愛スタディin大空
- 10 まちのトピックス!
- 11 ひかわスポーツクラブだより!!
／八火図書館だより
- 12 けんこうだより
- 13 こころの健康コーナー
／認知症キャラバンメイトだより
- 14 立神峡だより
- 15 町民文芸
- 16 暮らしの情報
- 22 伝言板／ひとのうごき／氷川町の火災・救急件数
- 23 10月カレンダー
- 24 ひかわっ子写真館／編集後記

特集 地蔵祭り・造り物大会

8月23・24日、地蔵祭り・造り物大会が開催されました。
宮原中心市街地に、町内の団体などが制作された作り物
8点が並び、祭りを盛り上げてくださいました。

24日の花火大会では、氷川公園にビャガーデンが設置さ
れ、ステージでは氷川中学校生徒とくまモンによる、よさこ
いソーラン踊りのコラボレーションや、吹奏楽、スタンプラ
リー抽選会が行われました。

会場は平日にもかかわらず、賑わいを見せ、約300発の
花火が夏の夜空を彩りました。



氷川町の特産品「吉野梨」です。吉野は熊本県の「梨の発祥の地」として
も有名ですね。物産館やお店でも大人気の梨ですが、海外出荷にも力を入
れており、台湾でも「吉野梨」ブランドが確立されてきています。写真はJAや
つしろ竜北果樹部会青年部試験園の新高梨です。梨マラソンの絵になるよ
うにと、収穫を待ってくださいました。

(9月22日撮影)

議長賞



氷川町商工会

「リオ五輪「あっぱれ内村」この感動を東京へつなげ」

町長賞



ひかわアワーズ

「火の国熊本の底力 凛として建つ熊本の城」

商工会長賞



桜ヶ丘別荘

「がんばれ熊本 ガンバレ氷川」

観光物産協会賞



宮原を語る会

「ポケモンGO! 立神峡でピカチュウ見つけた」

リュウケンホーム賞



ディサービス木香

「マーメイド」

特別賞



町区消防

「九十六年振り、錦織・銅メダル獲得🏆!」

特別賞



ディサービス オアシス

「がんばるモン熊本」

特別賞



河原町内 有志

「ポケモンGO」



職員給与・定員管理などを公表します

1.人件費の状況(普通会計決算)

区 分	平成 27 年度
住民基本台帳人口	H28.3.31 現在 12,421 人
歳 出 総 額	6,416,392 千円
人 件 費	979,924 千円
人 件 費 比 率	15.27%
ラスパイレス指数	95.9

※ ラスパイレス指数は、国家公務員の給与を100とした場合の数値。

2.職員給与費の状況(普通会計決算)

区 分		平成 27 年度
職 員 数		109人
給 与 費	給 料	396,312 千円
	職 員 手 当	55,523 千円
	期末・勤勉手当	152,464 千円
	計	604,299 千円
1 人当り給与費		5,540 千円

※ 職員数には特別職を除きます。

3.職員の平均給料月額・平均給与月額及び平均年齢(H28.4.1現在)

区 分		平成 28 年度
一般行政職	平均給料月額	300,000 円
	平均給与月額	329,000 円
	平 均 年 齢	40.6 歳
技能労務職	平均給料月額	274,600 円
	平均給与月額	308,600 円
	平 均 年 齢	43.0 歳

4.職員の初任給の状況(H28.4.1現在)

区 分		決定初任給
一般行政職	大学卒	176,700 円
	高校卒	144,600 円
技能労務職	高校卒	142,000 円

5.職員の期末・勤勉手当の状況(H27年度支給割合)

月 計	6 月計	12 月計	計
期末手当	1.225 月分	1.375 月分	2.600 月分
勤勉手当	0.750 月分	0.850 月分	1.600 月分

6.特別職の報酬等の状況(H27.4.1現在)

区分		給料月額
給 料	町 長	745,000 円
	副町長	574,000 円
	教育長	533,000 円
報 酬	議 長	308,000 円
	副議長	254,000 円
	議 員	231,000 円
期末手当	6 月期	1.300 月分
	12 月期	1.550 月分
	計	2.850 月分

7.職員の年次有給休暇の取得状況(H27年)

職 員 数	92 人
付 与 日 数	3,634 日
取 得 日 数	991 日
残 日 数	2,643 日
平均取得日数	11.0 日

※ 職員の年次有給休暇の取得状況は、全期間を在職した非現業の町長部局職員。(年の中途採用・退職者・育児休業等除く)

8.その他の休暇の取得状況(H27年)

休暇区分	取得者	取得日数	平均取得日数
病気休暇	4 人	76.0 日	19.0 日
夏季休暇	120 人	467.0 日	3.9 日
特別休暇	44 人	366.5 日	8.3 日
育児休業	3 人	404.0 日	134.7 日

※ その他の休暇の取得状況は、平成27年中の退職者も含みます。

9.職員の任免の状況

28.3.31 退職 (平成 27 年度中途退職含む)	(早期 1 名) 2 名 (普通 1 名)
28.4.1 採用	6 名 (一 般 職)

10.部門別職員数の状況(H28.4.1現在)

※教育長・休職者を除きます。

議 会	2 名	民 生	16 名
総 務	33 名	衛 生	8 名
税 務	9 名	教 育	14 名
農林水産	16 名	下 水 道	5 名
商 工	4 名	国保・介護等	10 名
土 木	8 名	合 計	125 名

11.不利益処分に関する不服申立ての状況

平成 27 年度は、前年度からの係属事案はなく、また、新たな不服申立てもなかった。

12.勤務条件に関する措置の要求の状況

平成 27 年度は、前年度からの係属事案はなく、また、新たな措置要求もなかった。

13.一般職員の勤務時間の状況

1 週間の正規の勤務時間	38 時間 45 分
1 日の正規の勤務時間	7 時間 45 分
開 始 時 間	8 時 30 分
終 了 時 間	17 時 15 分
休 憩 時 間	12 時 00 分～13 時 00 分

14.職員の分限・懲戒の状況

1. 分 限	なし
2. 懲 戒	戒告 1 名

「一部損壊」の判定を受けた住宅にお住まいの方へ

氷川町住宅リフォーム等促進事業

氷川町では、住環境の向上と地域経済の活性化を図るため、町内の住宅リフォーム等促進事業登録工事店(下記参照)に依頼して住宅リフォーム等工事を行う場合、その経費の一部を補助しています。

この事業につきましては、通算で1回しか助成を受けることができませんでしたが、今回の熊本地震において被害を受けた住宅で、町が発行する災害証明書において「一部損壊」の判定を受けている住宅については、通算で2回まで(ただし、同一年度内の申請は除く)助成を受けることができますようになりました。

◆対象者・対象住宅

① 本町に住民登録をしており、対象家屋に居住している者。

② 本人または配偶者、どちらかの親または子が所有し、自己が居住している町内の住宅。

③ 店舗等併用住宅の場合は居住部分のみ。

④ マンションなどの自己占有部分。

※アパートなどの貸家、借家は対象なりません。

◆対象工事

① リフォーム工事(増築・改築・補修・設備改善など)。増築の場合は既存建物の面積

を超えないこと

② 年度内に工事が完了し、工事代金の支払いができること

◆今回の特例措置

① 当該住宅において、これまでにこの事業の助成を受けていても対象となります。

② 熊本地震発生の日以降、登録工事店(下記)以外の業者で施工したもの(施工予定)も対象としますが、この場合は平成28年9月30日までに改修工事の契約を締結したものまたは工事に着手したものであること。

③ 改修工事に要する経費が10万円未満のものも対象とします。

④ 町税などの未納の有無は問いません。

◆対象とならないもの

① 土地の購入および造成に係る費用

② 広告、看板などの設置に係る費用

③ 外構工事などの住宅本体以外に係る費用

④ 合併処理浄化槽の設置および管路工事に係る費用

⑤ 家電製品、給湯器、エコキュート、家具、車庫や物置の設置・撤去、植木伐採処分など。

⑥ 一部損壊住宅の解体工事

詳しくはお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

商工観光課

☎ 62・2315



住宅リフォーム等促進事業登録工事店一覧

薄田塗装	祐電	澤田建築	松本建築	マツナガ工芸	竜北設備
森工業	寺田建築	山口工房	(株)沖田	光永左官工業	(株)前田建設
磯崎建築	MJK三好建設	山元塗装	堀井建装	小松建築	前田建築
竹本建築	高岡建築	原田建築	リュウケンホーム	(有)野村工業	山本建築
上田木工所	福田建築	(有)カワマタシステムズ	(株)黒田商会	沼里建築	(株)フルサト電材販売
片山工業	上田タイル工業	マエダ住建	本田建築	村上木工所	四宮材木店
塚本住建	上田工務店	早川住建	(有)峠建設	ぐりーんはうす	(株)竜北建設
鶴田工務店	(有)氷川サッシ	(有)四宮商会	(株)華丸設備工業	(有)もみのき	氷川燃料(有)
橋本住建	中島建築	西河建築	(株)イッセイハウス	野崎建築	塚本建築
(有)稲葉工業	浜田鉄工所	光栄建設(株)	松田塗装工業	和幸建築	タワラ住宅設備
前田設備工業	緒方工業	宮崎建築	氷川総合設備	(有)木屋	(有)角田建築
田中設備工業	高岡工匠				

竜 東 し あ わ せ 写 真 館



平成28年度の竜北東小学校は、「子ども、保護者、地域、教職員が幸せを実感できる」学校を目指し、そのために、幸せを実感するための5つの力「出会い・学び力」「夢挑戦力」「自分磨き力」「つながり行動力」「体鍛え力」を育てていくことを確認してスタートしました。

しかし、スタートして間もない14日の熊本地震。甚大な被害をもたらしただけでなく、今でも地震への恐怖、心配、不安などを抱えて生活しています。そんな時だからこそ、保護者、地域、学校が連携を深め、お互いに幸せ体験を積み重ねていくことが大切です。そんな学校での幸せ体験の一部をご紹介します。



出会い・学び力・・・「ひと」「もの」「こと」との出会いを大切にし、自ら学ぶ力



▲4/11(月)入学式
25名のピッカピカの1年生です。ドキドキ、わくわくの入学式でした。



▲5/22(日)運動会
「挑戦だ 地震に負けない運動会」のテーマのもと、地域の方にも元気を与えた運動会でした。



▲6/14(木)グリーンセンター・浄水センター見学(4年生)
「氷川町のゴミや水のゆくえ」をテーマに環境問題について学習しました。



▲6/16(木)地域学習(3年生)
地域にある歴史的建造物や古墳、土器について、実物を通して学習しました。



▲6/10(金)芋の苗植え(1・2年生)
地域の方のご協力のもと、芋の苗植えを行いました。秋の収穫がとても楽しみです。



▲6/14(火)とうもろこしの皮むき(1・2年生)
とうもろこしのひげまで1本1本ていねいにむきました。

自分磨き力…

自らを見つめ、振り返り、よりよく生きるために自分を律する力



▲8/31～9/2(木)宿泊通学(6年生)

薪を割り、火を焚いて食事や風呂の準備をするなど、貴重な体験をしました。体調を崩すこともなく、全員元気に過ごしました。

夢挑戦力…

将来への夢や展望を持ち、自分の夢の実現に向けて挑戦する力



▲8/28(日)親子美化作業

子どもたちは運動場の草取りをしました。保護者の方のご協力により短時間で多くの除草ができ、6年生は何度も草の運搬に頑張っていました。ご協力、どうもありがとうございました。

つながり行動力… 自分も他の人も大切に、つながりや絆を深めるために行動する力



▲9/2(金)保育園児とのプール交流(2年生)

吉野、ターナ、東光幼稚園とプール交流を行いました。お兄さん、お姉さんぶりを発揮しました。



▲6/21(火)田植え(5年生)

JAの方や水田の所有者の方のご協力のもと、田植えを行いました。初めての経験で戸惑う場面も見られましたが、次第に慣れ、親指、人差し指、中指を使って植える方法もばっちりマスターしました。



◀4/27(水)地震避難訓練

地震の恐ろしさを体験して、改めて、命の大切さや命を守る術について確認しました。

インフルエンザ予防接種のお知らせ

高齢者および1歳から中学生のインフルエンザ予防接種料金の一部を補助します。

インフルエンザの予防接種を受けることで、重症化や死亡の危険性を下げることができ

ます（高齢者の場合、発病予防効果が約45%、死亡を阻止する効果は約80%といわれています）。年齢が低いほど効果の割合は下がりますが、幼児では2回受けることで予防効果が高まると期待されています。

高齢者はご本人が希望する場合のみ、接種することができません。意思表示が困難な場合は、ご家族またはかかりつけ医の協力により、本人の希望の意思が確認できた場合のみ接種することになります。

意思表示が不明な高齢者が接種された場合、任意接種となり全額自己負担になります。

◆接種対象者

① 65歳以上の人

② 60歳以上65歳未満の人で、

心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫

機能障害で日常生活活動が

極端に制限される程度の障害を持つ人（医師の指示がある人のみ）

③ 1歳から中学3年生まで

※年齢・学年は接種当日が基準となります。

◆補助回数

高齢者、お子さま共に1回分の接種料金の一部を補助します。

◆自己負担額

① ②の対象者

1300円（氷川町・八代市の指定医療機関以外で接種する場合は、自己負担額が1300円を超える場合があります）

③の対象者

2千円を超える額（接種料金は医療機関で異なります）

◆接種期間

① ②の対象者

10月1日から12月31日まで

③の対象者

10月1日から平成29年1月31日まで

◆接種時に必要なもの

① 予診票

② 健康保険証などの住所、氏名、生年月日が確認できるもの

③ 母子健康手帳（お子さまの接種時）

④ 委任状（保護者以外の方が同伴の場合）

※予診票および委任状は医療機関に備え付けられています。

※母子健康手帳を紛失された場合は、再発行しますので事前にご連絡ください。

◆指定医療機関

かかりつけ医または健康福祉課までお問い合わせください。

なお、指定医療機関外での接種には事前手続きが必要ですので、事前にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

健康福祉課 保健予防係
（☎52・7154 直通）



ボランティア「介護予防サポーター」を募集します

健康福祉課介護保険係ではボランティア「介護予防サポーター」を募集しています。

高齢者の健康づくりの支援をしながら、ご自身の健康づくりにもつながります。主な活動内容は、健康センター・福祉センターで行っている介護予防教室での体操やレクリエーションなどの補助です。

介護予防サポーターの養成講座を次のとおり開催しますのでご参加ください。

◆日 時 ①11月1日（火）13時30分～15時30分

②11月8日（火）13時30分～15時30分

※2日の受講を以て終了となります。1日のみの受講はできません。

◆場 所 氷川町健康センター 会議室

◆対 象 者 元気な方。（居住地域、年齢の制限はありません。）

◆費 用 無料

◆申込方法 電話にてお申込みください。

◆そ の 他 当日は体を動かすメニューがあるため、動きやすい服装、屋内用シューズ、タオル、水筒を持参ください。

【お問い合わせ先】 健康福祉課 介護保険係 ☎52-5852（直通）

北海道大空町 人材交流事業

第11回 ふれ愛スタディin大空

8月4日から8月8日にかけて、友好町を締結している北海道大空町の中学2年生(東藻琴中学校)と氷川町の中学2年生(氷川中学校・竜北中学校・八代中学校)による人材交流事業が行われました。

この事業は、雄大な自然が広がる北海道を舞台に中学生による交流を深め、友好関係の発展に寄与し、併せてまちづくりの担い手を育成することを目的としています。

事前に4回の学習会を開催し、北海道や大空町のことを学び、研修に向きました。

熊本空港から羽田空港を経由して女満別空港に到着し道東地区にある世界自然遺産



▲大空町の皆さんと記念撮影



▲交流会で絆を深めました

「知床」をクルージング。大自然に触れ、摩周湖見学やアイヌ民俗資料館などの施設見学も行い学習を深めました。

大空町では、山下町長をはじめ多くの皆さまに温かい歓迎を受け、保護者を交えた交流会や網走湖でのカヌー体験など大空町の大自然を思う存分満喫し、中学生同士の交流が深まりました。

来年1月には「ふれ愛スタディin氷川」として大空町の中学2年生が氷川町に来町されます。

一言体験談

●オシンコシンの滝では、水しぶきが上がり、虹ができていました。めったに見ることができないので、とても嬉しく、綺麗でした。

山口 麗(竜北中学校)

●行く前までは班の皆や研修団の皆と仲良くできるか、楽しめるかと不安でしたが、楽しくでき、沢山の思い出を作ることができました。

上本 芽衣(竜北中学校)

●クルージングは、大きな滝やクマを見ることができました。海にはゴミ一つ浮かんでなくて綺麗な海でした。

田中 星風(竜北中学校)

●研修では、日頃体験できないことを沢山体験することができました。この事を学校生活、地域活動などに生かして大切にしていきたいです。

三好 香乃花(竜北中学校)

●クルージングでは、ヒグマやイルカを見ることができました。熊本では見れないヒグマを見られたので、とても嬉しかったです。

井上 兼彰(竜北中学校)

●驚いたのは、北海道の人の心の広さです。北海道の人は心が広く、自由を愛しているのだと思いました。

松田 光流(氷川中学校)

●クルージングでは、海岸に子グマやシカが出てとても運が良いなと思いました。1月には大空町の団員が来るので笑顔で迎えたいです。

坂田 航(氷川中学校)

●オホーツク流水館では寒さ体験をしました。とても寒くて、濡れたタオルを振っていたら凍ってカチカチになり、楽しかったです。

平田 隆星(氷川中学校)

●北海道に着いてすぐ、オシンコシンの滝と知床峠に行きました。どちらも涼しく、エゾシカやキツネ、ヒグマなどがいました。

奥村 至隆(八代中学校)

●一番に残ったことは、大空町の友達と遊んだことです。1月には、大空町の友達が氷川町に来るので、喜んで迎えてあげたいと思いました。

鎌田 唯花(氷川中学校)

●北海道には様々な自然があ

り、摩周湖にはリスがいて可愛かったし、クルージングでは滝が流れていて綺麗でした。

新垣 聖那(氷川中学校)

●オホーツク流水館では、流水が広がる海の美しさや、そこに生きる生物の尊さを学ぶことができました。

井山 椋太(氷川中学校)

●一番に残ったことは、大空町での交流です。どんな人かいるのか楽しみにしていましたが、優しい人達だったのでよかったです。

塚田 悟大(氷川中学校)

●交流の中で、大橋牧場を訪問したときに、メスの牛に名前をつけさせてもらったのがとても嬉しかったです。

村上 太陽(氷川中学校)

●北海道は壮大な景色が広がる自然豊かな場所でした。知床峠や摩周湖なども綺麗に見られて嬉しかったです。

田中 陽南子(竜北中学校)

●オシンコシンの滝や知床峠などを見学して雄大な北海道の自然を体感することができました。

田中 真里那(竜北中学校)

会場を沸かせる白熱のプレー

熊本県子ども会連合会球技大会

8月21日長洲町総合スポーツセンターにおいて、平成28年度熊本県子ども会連合会球技大会が開催され、県内各市町村から代表の子ども会が集まり、男子はソフトボール、女子はビーチボールバレーの種目で競技を行いました。

氷川町からは、7月の町大会で優勝した下鹿島子ども会が代表として、全17チームが名を連ねるビーチボールバレー大会に参加しました。

この一カ月の間町の代表として練習した成果を十分に発揮し、保護者の方の熱の入った応援とともに元氣あふれる戦いを見せてくれました。



▲下鹿島子ども会代表の選手たち

狙い澄ました一投を

婦人会カローリング大会

8月28日、竜北体育センターにおいて「氷川町婦人会カローリング大会」が開催されました。会員が6名に満たない支部は家族の参加を可とするなど氷川町婦人会独自のルールを設け、各支部より11チームが参加し、交流を深めました。

順番や作戦を練るチームなど多様で、ジェットローラーを握る手にも力が入り、楽しくゲームが展開されました。

試合の結果は次のとおりです。

- 【優勝】 高野道支部
- 【準優勝】 新村支部A
- 【3位】 立神支部



▲狙いを定めて…一投 /

親子そろって農業体験

吉野梨収穫体験

9月11日にひかわツリーズクラブ主催の吉野梨収穫体験が、JAやつしろ竜北果樹部会青年部試験園で行われ、39人が参加しました。

ツリーズクラブでは氷川町の農作業体験から、農業への理解と食の大切さを知ってもらうための取り組みを、年間を通じて行っています。今回の吉野梨収穫体験はJAやつしろ竜北果樹部会青年部協力のもと人気のある体験の一つです。

参加者の中には、子どもに負けず熱中される方もおり、親子ともに楽しく新高梨の収穫の体験をされました。



▲美味しい梨の収穫体験に笑顔の子どもたち

地域リーダー育成へ

宮崎大学研修ツアー

氷川町が学生の受け入れなどで交流をしている宮崎大学を訪問する研修ツアーを9月17日に実施し、14名が参加されました。

参加者は、6月に氷川町公民館で行われた、宮崎大学地域資源創成学部新設記念公開講座の受講者を対象とし、宮崎大学キャンパスや試験農園の見学や農学部実験室での食品成分の実験、学食体験などを行い、学生との交流を図りました。

地域リーダー養成に力を入れている宮崎大学での研修で、参加者の皆さんは、先生の話に熱心に耳を傾けて栽培方法など質問をされていました。



▲大根を使った実験に熱心に取り組みました

心と体の健康づくり ひかわスポーツクラブだより!!

教室情報

骨盤体操・ヨガ教室(対象:中学生以上)

- ◆日 程:10月1日、15日(土)
- ◆時 間:骨盤体操9時30分～10時20分
ヨガ10時30分～12時
- ◆会 場:氷川町公民館和室
- ◆費 用:各教室 1,000円
セット割り1,700円

子どもスポーツ教室 (対象:年少～小3)

- ◆日 程:10月9日、16日(日)
- ◆時 間:10時～11時30分
- ◆会 場:すぱーく竜北
- ◆費 用:クラブ会員無料
会員外500円



10月の教室変更情報

バドミントン

- ◆会 場:氷川中学校体育館
- ◆時 間:19時30分～21時

※最新情報はひかわスポーツクラブで検索!

熊本地震から半年を迎える10月。皆さまの生活はいかがですか?
クラブでは今より本格的に心の復興として、西原村・御船町・山都町・熊本市の保育園に対し、運動によるリフレッシュ事業として、協力団体と幼児体育教室に入ります。まだ道路が寸断され、迂回路を使い行くような保育園もあります。が、子供達が楽しく思いっきり運動できるようにサポートします。



融和・健康・地域の元気づくり

【お問い合わせ先】

氷川町文化センター内 ひかわスポーツクラブ事務所

☎:52-5860 FAX:52-7060 齋藤

クラブの取組は公式facebookより『ひかわスポーツクラブ』で検索

新刊図書

一般書	児童書
「おいしくできる/トマト」 (NHK出版)	「動物探偵ミア」 (ダイアナ・キンプトン)
「自宅でできるライザップ食事編」 (扶桑社)	「はしる新幹線「はやぶさ」 北海道へいこう」 (鎌田 歩)
「知識ゼロからのロングトレイル入門」 (幻冬舎)	「知ってる?ハンドボール」 (水野 裕矢)
「玄冬の門」 (五木 寛之)	「あそぼう、けん玉」 (日本けん玉協会)
「大人の流儀6」 (伊集院 静)	「お化けの迷路」 (香川 元太郎)
「超リアル色鉛筆入門」 (林 亮太)	「ぼたぼた」 (三木 卓)
「小説家の姉と」 (小路 幸也)	

開館時間

平日 10時～18時 木曜 10時～20時 土日曜 10時～17時

休館日

月曜・祝日

※詳しくはスタッフにお尋ねください。

【お問い合わせ先】 八火図書館 ☎62-3489 <http://www.hikawa-lib.jp/info/hakka/>

文学散歩参加者を募集します
期 日 11月10日(木)
場 所 天草方面(崎津集落など)
参加費 2,500円程度(昼食代・保険料など)
◆集合場所 八火図書館(8時30分集合出発)
◆定 員 20名(子どもは除く)
◆申込み方法
八火図書館に備え付けの申請書によりお申込みください。
◆申込受付
10月25日(火)から八火図書館にて受け付けを開始します。
※定員になり次第締め切ります。

八火図書館だより





けんこう便り

熊本県は徳島県に次いで透析2位になり、これは実は「**世界2位の透析患者率**」でもあります。国はこの課題に取り組むために住民・かかりつけ医・専門医・医療従事者向けの「予防のための提言書」を今年作成しました。

それぞれの役割を明確にし、一人でも多くの方の重症化を予防するためのものです。今月は透析の原因となる「慢性腎臓病」=CKDの予防のための住民の役割についてご紹介します。

慢性腎臓病=CKDとは??

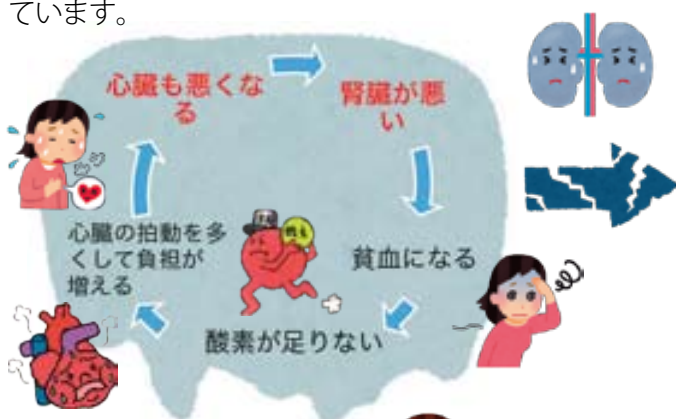
腎臓の働きが様々な理由で徐々に低下していく**腎臓病の総称**をいいます。

CKDの患者さんは**脳卒中、心筋梗塞などの心血管疾患発症の危険性が極めて高く**、腎臓の機能が落ちるだけが問題ではありません。成人の8人に1人はCKDともいわれ、**新たな国民病**ともいわれています。



慢性腎臓病(CKD)の定義とは?

- ①尿の異常、画像診断、血液等で腎障害が明らか(尿たんぱくが重要)
- ②糸球体ろ過量(GFR)60ml/分/1.73㎡未満
- ①②いずれか、または両方が3か月以上持続すること



CKDは腎臓だけの問題ではなく、全身の血管系の問題としてとらえることが必要です

このCKDの**約60%の人は生活習慣病と関連が深く、予防が可能な方なのです**

CKDの有無は「尿たんぱく」「腎機能(e-GFR)」で判断します

CKDの発症予防は?



自覚症状だけでは判断できません。また、**塩分の取りすぎ、大量飲酒、喫煙、鎮痛剤の常用**などで進行します。



CKDにならないために ～国民への提言～

- 適正体重、減塩、禁煙に努めましょう
- 家庭血圧計と体重測定をし、記録しましょう
- 特定健診**・職域健診・人間ドックなどを受けて早期発見に努めましょう
- 生活習慣病やCKDと診断されたら、**しっかりと治療**を受けましょう
- 健診や医療機関受診時の**検査結果を保存**しましょう

CKDを発見できるのは特定健診だけ!

最後の集団健診のご案内

10月22日(土)7:00~10:00

会場:健康センター

参考資料:日本腎臓学会編:生活習慣病からの新規透析導入患者の減少に向けた提言

【お問い合わせ先】健康センター ☎52-7154 メール:kenhuku@town.kumamoto-hikawa.lg.jp 保健師