

健康ひとロメモ

No.471

アイジーフォー IgG4関連疾患について

【IgG4とは】

わたしたちの体には、病原菌などをやっつける「抗体」というものがあります。その抗体の主な成分は、「免疫グロブリン」というタンパクで、これを英語でイムノグロブリン (Immunoglobulin : Ig) といいます。免疫グロブリンには、IgG、IgA、IgM、IgD、IgEの5種類があり、血液中に最も多く含まれるのがIgGです。

IgGには4種類あり、IgG1からIgG4まで番号がふられています。血液中に存在する量は、番号順にIgG1が最も多く、IgG4は最も少なくなっています。

【IgG4関連疾患とは】

IgG4が血液中に明らかに増えて、なおかつ、体のどこかにIgG4を作る形質細胞という細胞が浸潤（増殖して広がること）して腫れてくることを特徴とした、原因不明の病気です。

IgG4関連疾患と思われる最初の報告は、眼や口の渇きが

なく、涙腺・唾液腺の腫れる病気として、1982年にヨーロッパのミクリッツという外科医がまとめたものでした。しかし、シェーグレン症候群という病気に似ていたため、長い間、シェーグレン症候群の一種であると考えられてきました。

1990年代には、**膵がん**と診断され手術で切除された膵臓に、がん細胞ではなく形質細胞がたまりを作っているという現象が報告され、リンパ形質細胞性硬化性膵炎（**腫瘍形成性膵炎**）という病名がつけられました。

また、膵炎の患者さんの一部に、通常膵炎では用いない免疫を抑える薬がよく効く、自己免疫性膵炎という病気があることが報告されました。2001年に、自己免疫性膵炎の患者さんの血液で、IgG4が増えていることが信州大学のグループから報告され、それをきっかけに、さまざまな病気でIgG4値が測定されるようになり、今まで別の病気と考えられていた、ミクリッツ病、リンパ形質細胞性硬化性膵炎、自己免疫性膵炎などに、全て血

清IgG4の上昇と、IgG4を作る形質細胞の臓器への浸潤が共通していることがわかり、IgG4関連疾患としてまとめられるようになりました。

ほかに、自己免疫性下垂体炎、間質性肺炎、間質性腎炎、後腹膜線維症などと呼ばれていた病気のうち一部が、IgG4関連疾患であることもわかっていきます。しかし、血清IgG4の上昇がこの病気においてどういう意味があるのか、あるいは、病気の原因なのかどうかについてはまだわかっていません。日本では約2万6千人の患者さんがおり、比較的中高年に多く、自己免疫性膵炎は男女比は3対1で男性に多いですが、ミクリッツ病は、ほぼ男女同数です。

【IgG4関連疾患の治療】

IgG4関連疾患全般において、ステロイド治療が有効です。もし、治療当初にステロイドに反応を見せなければ、診断を見直す必要があるかもしれません。ステロイドを徐々に減量し、最終的に中止してしまうと再発することもあります。

新成人のみなさん

おめでとうございます

20歳になったら国民年金

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は、国民年金の被保険者となります。

20歳になれば、厚生年金保険加入者や共済組合加入者、またはその配偶者に扶養

されている人を除き、国民年金第1号の加入手続きをすることが必要です。

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やケガで障がいが残ったときや、一家の働き手がなくなったときなどに、あなたやあなたの家族を守ってくれます。

20歳の誕生日の前月に、日本年金機構から加入の案内が届きますので、市民環境課または年金事務所ですべての手続きをしてください。

国民年金保険料の納付が猶予される制度があります

判定対象となる人の前年所得が一定額以下の場合、「納付猶予制度」などを利用できます。加入手続きと同時に申請することもできます。

なお、保険料を納めずにそのまま放置すると、年金を受け取ることができない場合があります。詳しくはお問い合わせください。



問合せ ● 岡谷年金事務所 ☎ 23-33661

インフォメーション ● 岡谷市役所 電話 23-4811・ファックス 23-5022 (広報直通) E-mail johno@city.okaya.lg.jp

募集

奨学金「岡谷市育英資金」

市は、高校、大学(医学部を含む)などへ就学する生徒・学生に対して、奨学金を貸与します。

申込資格…学校教育法による高校、高専、専修学校、短期大学、大学または医師を養成する大学の学生で次の要件を備えている人

- ①生活の本拠が岡谷市にあり、引き続き1年以上居住していること
- ②成績が優秀であること
- ③経済的理由により就学が困難であること
- ④独立行政法人日本学生支援機構や、その他の団体から別に学費などの貸与を受けていないこと

貸付月額…

- ▽高校、高専、専修学校(高等課程) …3万円以内
- ▽専修学校(専門課程) …4万9000円以内
- ▽短大、大学…5万2000円以内
- ▽医学部…20万円以内
- 入学準備金…
- ▽大学…20万円以内(初回のみ)

▽医学部…120万円以内(初回のみ)
貸与条件…①無利子 ②貸与は正規の就学期間内
償還方法…卒業して半年後から月賦などにより償還

提出書類…①奨学生願書、②奨学生推薦調書、③健康診断書、④合格通知書(写し) または在学証明書、⑤作文(将来の夢や決意など)

募集期限…3月31日(金)

選考方法…4月下旬開催予定の奨学生選考委員会の審査を経て決定

問合せ ● 教育総務課(内線1211)

奨学金

「公益信託山田徳郎奨学基金」

申込資格…

- ①岡谷市に居住し、長野県内の高校に在学する人
- ②学業、人物ともに優秀であること
- ③経済的理由により就学が困難であること

給付方法…年4回(6月・9月・12月・3月)に分けて給付

給付月額…1万5000円

募集人数…若干名

募集期限…3月31日(金)

選考方法…4月下旬開催予定の奨学生選考委員会の審査を経て決定

問合せ ● 教育総務課(内線1211)

「がん検診・予防接種・乳幼児健診等日程表」へ掲載する 広告を募集します

健康推進課では、来年度のがん検診・予防接種・乳幼児健診等日程表に有料広告を掲載します。日程表は、市内全戸に配布するため、大きな宣伝効果が期待できます。

規格・数量…広告枠 5枠(1枠:縦40mm×横80mm) 市内約1万7千世帯に全戸配布

掲載料…1枠 3万円

使用期間…平成29年4月1日～平成30年3月31日

掲載できない広告…法令や公序良俗に反するもの。政治、選挙、宗教、風俗に関連するもの。社会的主義主張。美観風致を害するものなど。

応募方法…健康推進課に募集要項と申込書がありますので、おたずねください。

応募締切…1月31日(火)

問合せ ● 健康推進課(内線1181)

学生寮 長善館 入館生募集

所在地…東京都調布市若葉町(京王線 仙川駅から徒歩5分)

応募資格…県内在住者で、東京都内・近郊の4年制・6年制大学へ4月から進学予定の男子学生

募集人員…10名程度

選考面接…①1月20日(金)、②2月19日(日)、③3月10日(金)、④3月19日(日)

※①③は諏訪市教育会館、②④は東京の長善館にて行います。

選考方法…書類審査と面接結果を総合して決定します。

所要経費…入館金(入館時)4万円

館費(朝・夕食代含む月額) 5万5000円

個室電気料…使用量に応じて

※申込み手続きなどの詳細は、長善館のホームページをご覧ください。

http://www.suwakyounuukai.org/chouzenkan/

問合せ ● 公財 諏訪郷友会事務局

☎27-0625(小口さん)

スポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(2月分) …

1月15日(日) 小学校…午後7時～
中学校…午後7時30分～
場所…市民総合体育館第1会議室
※必ず「学校体育施設開放利用団体登録
通知書」とボールペンをお持ちください。

個人利用者優先デー

毎月第3日曜日(概ね)に、市民総合
体育館(東体育館)を個人利用のために
開放しています。ぜひご利用ください。
日時…1月15日(日)午前9時～午後6時
(午後6時以降も状況により利用可)
使用料…1人2時間210円

※市内小中学生は子どもパスポー
ト・学生証提示により無料
以上問合せ●

市民総合体育館 ☎22-8800

ファミリースケートデー

市内在住、在勤、在学のみなさん
に無料開放します(貸し靴は有料)。
やまびこ国際スケートセンター

(☎24-5210)

1月7日(土) 午前8時～午後9時
やまびこアイスアリーナ

(☎24-2494)

1月14日(土) 午前9時～午後4時

スポーツ教室

◎ボウリング教室

期間…2月5日～3月5日 毎週日曜
日(全5回)

対象…市内在住・在勤の人(小学4年生
以上) ※小学生は保護者同伴のみ可
時間…午後4時～5時30分
場所…スポーツ岡谷
定員…20名(先着順)

受講料…小中学生…1000円(保険
料820円)、高校生以上…2000
円(保険料1870円、65歳以上は
1220円)

受付期間…1月14日(土)～24日(火)
申込み…市民総合体育館窓口で受け
付けます(電話申込不可)。定員に
なり次第締め切ります。

問合せ●市民総合体育館内

(公財)岡谷市体育協会 ☎22-8850
(平日 午前9時～午後5時)

おかやファミリースポーツ プログラム

◎親子でソフトバレーボール 体験

日時…1月28日(土) 午前10時～正午
(受付開始…午前9時45分)

場所…市民総合体育館

対象…市内在住の小学1年生～6年生
の親子

定員…50組(先着順)

参加費…親子1組500円(子ども1
人追加につき200円)

受付期間…1月16日(月)～24日(火)

申込み・問合せ●市民総合体育館内

(公財)岡谷市体育協会 ☎22-8850
(平日 午前9時～午後5時)

お知らせ

入札参加資格審査申請は 2月28日までに

平成29・30年度に発注する建設工
事、建設コンサルタント業務の入札参
加資格審査申請を受け付けます。

受付期間…2月1日(水)～28日(火)

提出書類…入札参加資格審査申請書
および必要書類(市ホームページか
らダウンロードできます)

提出方法…持参または郵送で財政課
にご提出ください。

(郵送の場合は2月17日(金)必着)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

提出・問合せ●財政課(内線1535)

岡谷都市計画用途地域の 都市計画変更案の縦覧

市では川岸中二・三丁目の県道下諏
訪辰野線西側地域の岡谷都市計画用
途地域の変更に伴う都市計画変更案
について縦覧し、意見書の提出を受け
付けます。

縦覧日時…1月11日(水)～24日(火)
午前8時30分～午後5時15分(土・
日を除く)

縦覧場所…都市計画課

意見書を提出できる人…市内に在住
の人または利害を有する人

意見書の提出方法…縦覧場所にある
所定の用紙に必要事項を記入のう
え、縦覧期間中に持参または郵送
で提出してください。

提出・問合せ●都市計画課

(内線1332・1334)

直売所への農産物出荷等 説明会

直売所に農産物を出荷したい人を
対象とした説明会を開催します。希
望者は、お申し込みください。

日時…1月26日(木) 午後6時30分～
場所…市役所6階605会議室

内容…出荷手続き、栽培技術相談、
農地のあつせん など

申込み期限…1月20日(金)

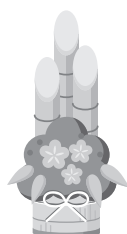
申込み・問合せ●農林水産課

(内線1487)

わが社退職金制度！ にも

「中退共」は、中小企業のため
の国の退職金制度です。
掛金助成や税法上の優遇が
受けられ、社外積立だから
管理も簡単。退職金はぜひ
中退共におまかせください。

【お問合せ先】(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
☎03(6907)1234



ものづくりフェア 同時開催 **第29回 岡谷市観光みやげ品展示販売会** ご来場ください!

来て、見て、買って、納得!! 日時…2月4日(土)

午前10時～午後4時
場所…ラオカヤ2階

岡谷市に、おいしいみやげ品がたくさんあることを知っていますか? 観光みやげ品展示販売会では、推奨みやげ品の

味噌・お菓子・つけもの・川魚などがぞくぞく出展。

イベント内容

「岡谷市観光みやげ品展示販売会」

今回から新しく加わった商品も多数あり! 岡谷のみやげ品が勢ぞろいです!

●観光みやげ品などが当たる大抽選会

【500本以上の景品を用意してお持ちします】

問合せ●岡谷市観光協会 ☎23-4854

こどものくに

0123

1月・2月のイベント

♣スクラップブック講座(1月5日(木)申込み開始)

お気に入りの写真をスタンプで飾り、素敵な思い出のカードを作りましょう。

日時…1月30日(月) 午前10時～11時

対象…保護者(託児付) 講師…河西 優子さん

持ち物…材料費(300円)、写真5～6枚

♣おやつ講座(1月9日(月・祝)申込み開始)

調理実習(保護者)と試食(子どもと一緒に)

日時…2月8日(水) 午前10時～11時30分

対象…保護者(託児付)

持ち物…エプロン、三角巾、材料費(300円)

♣リトミック講座(1月24日(火)申込み開始)

体をたくさん動かして、親子で楽しみましょう。

日時…2月24日(金) 午前10時～11時

対象…子どもと保護者 講師…伊藤わかこさん

♣NPプログラム(申込み受付中)

育児の悩みを話し合い、自分に合った子育て方法を探します。

期日…1月13日(金)から毎週金曜日(全6回 全回出席)

時間…午前10時～正午 対象…保護者(託児付)

申込み…こどものくに窓口にて午前9時30分より受付(電話でも受け付けます)

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

1月 6日(金)	午前11時～	リズム運動遊び
11日(水)	午前10時～	子育て相談(要予約)
	午前10時30分～	双子のおしゃべり会
12日(木)	午前11時～	つくっちゃおう
18日(水)	午前11時～	食べるのだいすき!
19日(木)	午前10時30分～	ベビーマッサージとワンポイントアドバイス
20日(金)	午前11時～	おおきなおはなしたまご
23日(月)	1日中いつでも	ぺったんこの日
26日(木)	午前10時30分～	もぐもぐ相談

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

1月の 諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

●小口勝史 写真展

「第10回諏訪湖の白鳥物語集大成」

1月1日(日・祝)～15日(日)

●鮎沢 毅 諏訪湖の白鳥写真展

1月16日(月)～31日(火)

♥月間ロビー展示

●西野 正 日本風展

●吉田久子 つるし雛展

●小坂末子 つるし雛展

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

●おかやボランティアアンサンブル演奏会

日時…1月22日(日) 午後1時～2時

ロビーコンサート・パフォーマンス出演者募集中!

お申し込みは、フロントまでお気軽に。

♥元旦朝風呂(大浴場)営業(甘酒サービスあり)

高校生以上100円。初日の出を拝みながら、初温泉で温まりませんか。

日時…1月1日(日・祝) 午前6時30分～正午

♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(屋内ロビー)

暖かい室内で、おかいもの。たくさん出店があり、お目当ての品、掘り出しものが見つかりますよ。

日時…1月14日(土)・15日(日) 午前10時～午後4時ごろ

♥温泉リハビリ友の会 会員募集中!

仲間と一緒に「健康作り」!

身体の衰えが気になりはじめたら、温泉リハビリ施設で、のんびり身体を動かしてみませんか。体力の維持や健康増進のメニューを、やまびこスケートの森のトレーナーがやさしく指導します。ぜひご参加ください。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

体験教室 岡谷東理工科大学ものづくり教室
七色に輝く!ソーラーランタン
岡谷東理工科大学 田邊研究室 提供

特別展示 **プラズマエネルギー体験**
自然科学研究機構・核融合科学研究所 提供

岡谷
岡谷市観光みやげ品展示販売会

企業集積の技術を紹介!
がんばる企業の展示
 姉妹都市・都市間交流企業の展示
 自作コマで挑戦してみよう!
第2回 世界一回る精密コマ コンペティション
 僕らは未来のエンジニア!
地元学生の事例発表
 すぐに役立つ!
記念講演会

ソフトバンク コマース&サービス(株)
最新!スマートロボット体験
 セイコーエプソン(株)
親子腕時計組み立て教室
 TPR(株)
蓄電ミニカー製作教室
 おかやの技術が大集合!
ものづくりファクトリー(体験)
カラフル鉛筆立てづくり
 みんなで体験!
楽しい★ものづくり体験

TECHNO PLAZA OKAYA

テクノプラザおかや
ものづくりフェア
2017 **ものづくり・ひとづくり・ゆめづくり**
～未来を見据えて～

入場無料
 アンケートに答えて
記念品を
ゲット!!

2|3・4
fri sat
 10:00-17:00 10:00-16:00

4日 **マイコンカーラリー・テクノプラザおかや杯2017**
同時開催 岡谷市観光みやげ品展示販売会

会場 テクノプラザおかや・ララオカヤ 特設会場・LCV デジタルパークOKAYA 駐車場に限りがございますので 公共交通機関をご利用ください。

当日参加できるものづくり体験など、ご家族で楽しめるイベントです。ぜひご来場ください!

問合せ●テクノプラザおかや(工業振興課) ☎21-7000 <http://www.tech-okaya.jp>