

岡谷市民病院の医療現場から、市民に役立つ関連情報を定期的にお送りします

激しく続く咳に要注意 ぜんそくの原因と治療法



Hospital
ほすびた
ルポ 14
Reportage

花粉の時期や寒くなるこれからの季節は、ぜんそくの症状が悪化しやすくなります。激しく続く咳はぜんそくの症状かもしれませんよ。今年4月に着任した、呼吸器内科の小林医師にぜんそくについてお話をうかがいます。

— 岡谷市民病院に赴任しての感想は。

新しくコンパクトで働きやすいと感じました。また、スタッフもみなさん積極的ですごく助かっています。

— これからの寒い時期、気をつけたい疾病は。

COPD(慢性閉塞性肺疾患・喫煙が主要原因の肺胞や気管支に炎症を起こす病気)やぜんそくなどの呼吸器疾患は、寒さによる刺激によって悪化するといわれていますので気をつけたいですね。

— ぜんそくとはどのような疾病なのでしょうか。

アレルギーなどが原因となる炎症性の疾患だといわれ、気管支に炎症が起こることで発症します。傾向としては、同じアレルギー性の炎症が原因といわれる花粉症の時期に悪化する人が多いのですが、ダニやほこりといったハウスダストが原因となって年中悪くなりやすい人や、アレルギーの原因がはっきりしない人もなかにいます。

受診の目安は、いつもより咳や息苦しさやひどいときや、呼吸の際にゼーゼーという喘鳴(ぜんめい)という症状がでるような

ときです。症状が続くと、どんどん悪くなって治りづらくなるので、早めに治療を始めることが大切です。

— どんな人が発症するのでしょうか。

大人の場合は発症の原因がアレルギーでない人もいるといわれていますので、アレルギー体質でない人でも症状があるようなら受診をおすすめします。また、子どものころにぜんそくといわれた人も、大人になってから再発するケースが結構あるので注意が必要です。

— 治療法について。

ステロイドの吸入薬で炎症を抑えたり、気管支拡張薬を使用して継続的に治療をしていきます。症状が治まったからといって治療をやめてしまうと、またしばらくして症状が出てくることもよくあるので、調子のいいときでもある程度治療を続けることが必要です。また、悪化を防ぐためにはタバコを吸わないこと、ストレスをためないように

すること。

あとは、かぜも悪化の原因となるので、

かぜをひかないようにすることで



— 高地医療の研究もされていたか。

信大附属病院にいたときに高山病の研究に参加していました。高山病とは高地の環境に順応できない人が登山などで高所に行った際、頭痛や吐き気などの症状が表れる病気です。重症化すると、高地脳浮腫や高地肺水腫といった命に関わる病気になることがあります。高山病には予防効果のある薬がありますが、保険適用外なので処方希望する場合は医師に相談してください。

— 最後にこれからの抱負をお願いします。

地域医療は当然のこと、診療所や三次医療を担う大きい病院ともしっかり連携して、患者さんにとって、いちばんいい選択肢をとれるように考えていきたいと思っています。

次回は、循環器内科 佐藤俊夫医師
にお話をうかがいます。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎ 23-8000

呼吸器内科 小林 信光 医師

山梨医科大学(現・山梨大学)医学部卒。信州大学医学部附属病院などを経て、今年4月に岡谷市民病院に着任。呼吸器内科を専門とするほか、信州大学時代には高地医療の研究を行い高山病治療にも通じている。趣味は旅行。景勝地などを訪ねりフレッシュしている。

活の泉

マンスリー トピックス

「まちの活力」「ひとの活力」
今月の快活生活通信



岡谷市収穫祭

地産地消で「元気な農業」- 農業の楽しさを発信しよう -

日時 11月10日(土) 午前9時~11時30分

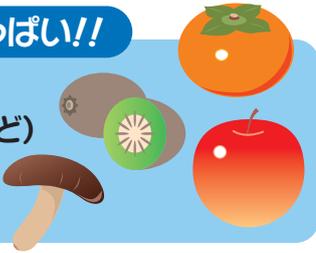
場所 ラオカヤ2F

エコバックを
ご持参
ください!

- 午前9時~開会式
- 開会式終了後~一般販売

岡谷産の農作物がいっぱい!!

くだもの(リンゴ、柿、
キウイフルーツ など)
野菜やきのこ(シイタケ)
しょうゆ、味噌



野菜で健康推進

- ★旬の野菜レシピを配布!
- ★適塩味噌汁の試飲
- ★栄養相談



おいしいコーナー

- 無料配布**
- ★野菜汁(岡谷産野菜使用)
 - ★樋沢産とうもろこし入りコーンスープ
 - ★ポップコーン
 - ★わたあめ

- ★ミニうな丼販売(数量限定)
- ★爾姫五平餅販売
- ★[東伊豆町]直送干物販売



農の情報コーナー

- ★農業委員会による農業相談
- ★アマワラビ普及コーナー
- ★各種展示コーナー



問合せ●岡谷市農業振興連絡協議会 事務局：農林水産課(内線1486)

行政

仲間

環境

健康

市議会定例会を開催



第4回岡谷市

議会定例会が、9月3日(月)から10月1日(月)までの29日間の会期で開かれ、平成29年度一般会計・特別会計・企業会計の決算認定や条例の改正、補正予算の審議をはじめ、一般質問も行われました。主な内容をお知らせします。

◆ 人事案件 ◆

▽人権擁護委員の推薦について、清水美代子氏の再任が同意されました。

◆ 条例 ◆

▽岡谷市工場立地法準則条例が可決されました。
▽岡谷市手数料条例の一部を改正する条例が可決されました。

◆ 平成30年度補正予算 ◆

▽耐震診断委託料及び老朽空き家対策事業に要する経費の追加、ブロック塀等除却補助金の計上など、2487万8千円を追加し、一般会計総額を194億1098万2千円とする補正予算が可決されました。

◆ 決算 ◆

▽平成29年度岡谷市一般会計、岡谷市国民健康保険事業特別会計など6特別会計、岡谷市湊財産区一般会計、岡谷市水道事業会計、岡谷市下水道事業会計及び岡谷市病院事業会計は決算特別委員会を設置して審査が行われ、10月1日の本会議で決算認定されました。

◆ 一般質問 ◆

▽11人の議員が教育・福祉・産業振興・地方創生などの市政の課題について一般質問を行いました(市議会ホームページにて映像配信中)。

◆ 意見書 ◆

▽「私立高校への公費助成に関する意見書(国宛て)」「私立高校への公費助成に関する意見書(県宛て)」「県道下諏訪辰野線拡幅改良を求める意見書」「公立保育園・小中学校等公共施設へのエアコン設置に対する国の財政支援を求める意見書」が可決され、関係機関に送付することとなりました。

市議会の会議録は、岡谷市議会ホームページからご覧ください。

ブロック塀などの除却事業を補助します

市では、ブロック塀などの除却事業を行う人に対して、その費用の一部を補助します。

対象…以下のすべての要件を満たしているもの

- ◎対象となる道路に接するブロック塀、石造、れんが造などの建材を積み上げて造る組積造^{そせきぞう}の塀(門柱を含む)
- ◎道路面からの高さが1mを超えるもの
- ◎ブロック塀等が建築基準法に定める技術的基準に適合せず、倒壊の危険性があるもの
- ◎上記のブロック塀等の撤去を施工業者などに発注するもの

対象者…個人住宅、併用住宅および宅地などにおいて、ブロック塀などを所有する人

- ★補助額…撤去費用の2分の1または1mあたり8,000円のいずれか少ない方の金額 限度額10万円
- ★申込み締切…2019年10月31日(予定)



住宅の耐震診断・補強を行いましょ

①専門家(長野県木造住宅耐震診断士)

による住宅の無料耐震診断

「耐震診断申込書」に必要事項を記入し、提出してください。



対象…以下のすべてに該当する住宅

- ◎昭和56年5月31日以前に工事着手した住宅(賃貸は除く)
- ◎一戸建ての住宅(店舗などの併用住宅を含む)
- ◎在来工法の木造住宅

②住宅の耐震補強工事費の補助

耐震診断の結果、総合評点が1.0未満の住宅の補強工事を行う場合に、工事費用の一部を補助します。本年度は大阪、北海道において非常に大きな地震が発生しました。地震はいつ起きるかわかりません。自宅の安全対策を始めましょう! 詳しくはお問い合わせください。

★補助額…工事費の8割、限度額100万円

土砂災害特別警戒区域の住宅の移転を補助

がけ地の崩壊や、土石流の発生のおそれのある土砂災害特別警戒区域内に建っている住宅を移転する場合、補助を行います。

①危険住宅除却等に対する補助

危険住宅の除却費、跡地整備費、仮住居費とその移転に伴う諸経費に対し、補助をします。

★限度額…80万2,000円



②危険住宅に代わる住宅の建設への助成

危険住宅に代わる住宅の建設または購入するための資金を金融機関などから借入した場合に、当該借入期間中の借入利子に相当する額を助成します。

★限度額…建物費：457万円、土地購入費：206万円、敷地造成費：59万7,000円 小計：722万7,000円

※この制度を受けたい人は、事前にご相談ください。

申込み・問合せ●都市計画課(内線1372・1374)

空き家は所有者に管理責任があります

空き家の所有者は、周辺の生活環境に悪影響を及ぼさないよう、建物を適法な状態で管理しなくてはならず、また、他人に損害を与えた場合、損害賠償の対象となります。空き家は適正な維持管理を継続するか、解体し、周辺への影響を防ぎましょう。



解体前



解体後

申込み・問合せ●都市計画課(内線1375)

岡谷市老朽危険空き家対策補助金

老朽化して、倒壊または建築材などの飛散のおそれのある、危険な空き家の解体工事費用を助成します。対象は、下記の全ての条件を満たす空き家です。

1. 1年以上使用されていない一戸建てで、2分の1以上が住居であること。
2. 住宅地区改良法に規定する不良住宅と同等の空き家であること。※市が不良住宅の判定をします。
3. 倒壊すれば隣接道路、隣地へ悪影響を及ぼすおそれがあるもの。
4. 個人が所有する空き家であること。
5. 所有権以外の権利が設定されていないこと。または他の権利者が解体の同意をしていること。

補助額…解体費用の2分の1以内で上限20万円

補助件数…年間10件



各種証明書のコンビニ取得サービスが始まります！

平成31年3月1日から、お近くのコンビニなどで各種証明書が取得できるようになり、住民票、戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票、印鑑登録証明書、所得・課税・扶養証明書の5種類が取得可能です。

サービスの利用には顔写真つきの「マイナンバーカード」が必要です。詳細は、お問い合わせください。

問合せ●市民環境課(内線1153・1155)

配偶者控除・配偶者特別控除が改正されました

問合せ●税務課(内線1125~1127)

平成29年度税制改正により、配偶者控除および配偶者特別控除の控除額などが改正されました。平成30年の年末調整より適用されます。

【新しい配偶者控除・配偶者特別控除】

※以下の収入金額は給与収入の場合

◆所得控除額38万円の対象となる配偶者の年収の上限が、103万円から150万円に引き上げられます

配偶者控除の対象となる配偶者の年収はこれまでと変わりませんが、配偶者特別控除が拡大され、配偶者の年収が103万円超150万円以下なら、納税者は配偶者特別控除として38万円の所得控除が受けられるようになります。

※納税者が年収1,120万円以下(合計所得金額900万円以下)の場合

◆納税者本人の所得によって控除額が逓減・消失します

配偶者特別控除の対象になる配偶者の年収の上限は引き上げられますが、控除額は適用される納税者本人の所得によって逓減・消失します。

【注意点】

- 配偶者の所得や控除の状況により、配偶者自身の収入に対する所得税・住民税が生じる場合があります。
- 社会保険制度の被扶養者になるための所得要件(106万・130万の壁)などは残ったままです。所得要件を超えると、配偶者は自分で社会保険(厚生年金保険・健康保険など)に加入して保険料を負担するため、年収が一定以上になるまで手取の逆転現象がおきる場合があります。
- 配偶者に対して、納税者の勤務先から支給される「手当」がある場合は、配偶者の年収が増えることで手当が打ち切られる場合があります。

【平成30年以後の配偶者控除および配偶者特別控除額(所得税)】

		上段：配偶者の給与収入 下段()：合計所得金額										
		~103万円 (~38万円)	~150万円 (~85万円)	~155万円 (~90万円)	~160万円 (~95万円)	~167万円 (~100万円)	~175万円 (~105万円)	~183万円 (~110万円)	~190万円 (~115万円)	~197万円 (~120万円)	~201万円 (~123万円)	201万円~ (123万円~)
70歳未満		配偶者控除		配偶者特別控除								
下段()：合計所得金額	上段：納税者本人の給与収入 ~1,120万円 (~900万円)	38万円	38万円	36万円	31万円	26万円	21万円	16万円	11万円	6万円	3万円	-
	~1,170万円 (~950万円)	26万円	26万円	24万円	21万円	18万円	14万円	11万円	8万円	4万円	2万円	-
	~1,220万円 (~1,000万円)	13万円	13万円	12万円	11万円	9万円	7万円	6万円	4万円	2万円	1万円	-
	1,220万円~ (1,000万円~)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

医療費控除事前相談会について

平成29年分所得の申告から、医療費控除を受ける場合、原則的に申告者本人が「医療費控除の明細書」を作成し提出することが必要となったため、例年1月に実施していた医療費控除事前相談会は今年度より行いません。なお、保険者から送られる「医療費のお知らせ」で一定の要件を備えているものについて、提出により明細書の記入を省略することもできます。また、領収書は自宅で保管してください。

税理士会による申告相談会について

昨年度まで確定申告期間前に実施していた、税理士会による申告相談会は、混雑緩和などが期待できることから申告期間中に併設して行います。

諏訪税務署からのお知らせ

国税に関する相談・質問は電話にてお問い合わせください。音声案内に従って「1」を選択していただくと、電話相談センターでお受けします。税務署で面接にて相談したい場合は、電話での「事前予約」が必要です。音声案内に従って「2」を選択してください。

問合せ●諏訪税務署 ☎52-1390