

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



# 夏の暑さにご用心 脱水症状が招く脳梗塞



Hospital  
ほすびた  
ルポ 20  
Reportage

**脳梗塞**は、脳の血管が詰まり、脳の一部に血液が行き届かないことで発症する病気です。今回は、4月に脳神経内科に着任した大橋医師に、脳梗塞についてお話をうかがいます。

## — 岡谷市民病院に着任しての感想は。

まずは、病院が新しく、きれいだと感じました。スタッフも明るくて働きやすい環境だと思います。患者さんは、年齢層の高さを感じますが、高齢でも元気な人が多く驚いています。

## — 専門分野は。

専門は脳神経内科です。脳梗塞、認知症やパーキンソン病などの患者さんを診ていますが、なかでも診療の機会が多いのは、脳梗塞や認知症ですね。

## — 脳梗塞はどのような病気ですか。

脳の血管が詰まり、脳の一部に血液が行き届かないことで発症する病気です。動脈硬化などで脳の血管が狭くなって詰まったり、不整脈で血管内にできた血のかたまり（血栓）が流れて、脳の血管に詰まることなどが原因となります。急激な体の麻痺や、しゃべりづらさ、意識障害などの症状で来院される人が多いです。

## — どんな治療法がありますか。

発症して4時間半以内は、血栓溶解療法（詰まった血のかたまりを溶かす治療）とカテーテルを用いた血管内治療を

平行して行い、血栓を取り除いて血流を回復させる治療法がトレンドです。それ以降は、血液が流れなかった部分の脳が死んでしまうため、脳梗塞の範囲を広げないように点滴や飲み薬での治療を行います。脳梗塞は再発しやすい病気なので、抗血小板薬や抗凝固薬などの薬を服用しながら診ていく必要があります。

## — 脳梗塞になりやすい人は。

生活習慣病（糖尿病、高血圧や脂質異常症など）の人は脳梗塞になるリスクが高いといわれていますし、比較的若い人でも注意が必要だと思います。

また、これからの暑い季節は、汗をかいて脱水になりやすいので、さらに注意が必要です。脱水になると、血液が濃くなって血流が悪くなりますので、もともと動脈硬化がひどかったり



すると血管に詰まるリスクが高くなります。スポーツをしたり暑い環境にいて、急にしゃべりにくくなるなどの症状が出たら、病院を受診してほしいですね。

## — 今後、どのような医療を提供していきたいとお考えですか。

病気になってしまった後のケアを大切にしていきたいですね。脳梗塞を含め、脳神経内科は、後遺症が残る疾患が多いです。急性期の治療も大切ですが、後遺症が残ったとき、その後の生活をどうするかが重要だと考えています。ご本人だけでなく、ご家族からもしっかりと話を聞いて、さまざまな制度を利用しながら生活をアレンジして質の向上を図っていきたいですね。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎ 23-8000

## 脳神経内科 大橋 信彦 医師

福井大学医学部卒。信州大学医学部附属病院などを経て、平成31年4月に岡谷市民病院に着任。脳神経内科医長。小学校から高校までを諏訪地域で過ごす。ジョギングや旅行のほか、生理学の研究も趣味としており、休日も大学病院で研究を行っている。



いまい よしのぶ  
**今井 義信**  
(66歳)  
当選：2回



いまい やすよし  
**今井 康善**  
(52歳)  
当選：2回



いまい ひでみ  
**今井 秀実**  
(61歳)  
当選：5回

わたしたちのまちの18名の議員  
を紹介します。  
(敬称略/五十音順)

# 市議会議員紹介



そうで かずま  
**早出 一真**  
(47歳)  
当選：2回



こまつ たけし  
**小松 壮**  
(46歳)  
当選：3回



かさばら せいざぶろう  
**笠原 征三郎**  
(73歳)  
当選：6回



おおつか ひでき  
**大塚 秀樹**  
(66歳)  
当選：2回



えんどう まゆみ  
**遠藤 真弓**  
(50歳)  
当選：2回



なかじま やすあき  
**中島 保明**  
(61歳)  
当選：2回



なかじま ひであき  
**中島 秀明**  
(63歳)  
当選：1回



たむら  
**田村 みどり**  
(55歳)  
当選：1回



たけい ともり  
**武井 友則**  
(26歳)  
当選：1回



そうで こ  
**早出 すみ子**  
(68歳)  
当選：1回



わたなべ たろう  
**渡辺 太郎**  
(61歳)  
当選：7回



よしだ ひろし  
**吉田 浩**  
(44歳)  
当選：1回



やまざき hitoshi  
**山崎 仁**  
(55歳)  
当選：1回



ふじもり ひろふみ  
**藤森 博文**  
(69歳)  
当選：2回



はま こうへい  
**浜 幸平**  
(67歳)  
当選：4回

# 6月1日(土)～7日(金)は水道週間です

「いつものむ いつもの水に 日々感謝」 (今年度スローガン)

水道は、わたしたちの生活から切り離すことのできない重要な役割を果たしています。水道水ができるまでのしくみや料金、水の大切さなどについて、みなさんに理解を深めてもらう期間が「水道週間」です。岡谷市では、今後も安全でおいしい水をお届けするために、水道施設の適正な更新や維持管理により、信頼と理解を得られるよう効率的な事業運営を行ってまいります。みなさんも、ぜひ、この機会に水道について考えてみましょう。



## 水道メーターの交換にご協力ください

水道メーターは、計量法に定める有効期限(8年)毎に交換することになっています。本年度も6月から11月にかけて、期限切れとなる水道メーターの交換を行います。対象となる家庭には、岡谷市が委託した水道事業協同組合(指定工事業者)から、事前にお知らせしますので、ご協力をお願いします。

- 交換にあたり手続きや手数料は必要ありません。ただし、止水栓の不良などが原因で交換ができない場合は、費用を負担していただく場合があります。
- 交換時の立ち会いは不要ですが、留守中の交換に支障がある場合には、ご相談ください。
- 交換した家庭には「水道メーター交換のお知らせ」を郵便受けに入れますので、ご確認ください。
- 交換後には水がにごる場合がありますので、水が透明になるまでかけ流しを行ってからご使用ください。

問合せ●水道課(内線1417)

## 親子で学ぶ水の循環バスツアー「水の探検隊」

岡谷市の水道施設見学を予定しています。日常何気なく使っている水道の水はどこから来るのか、どうやって作られているのか? 利き水などのイベントも交え、岡谷市の安全でおいしい水を、親子で楽しみながら再発見する毎年好評のバスツアーです。動きやすい服装と、はき慣れたくつでご参加ください。

日時…6月15日(土) 午後1時～4時 ※小雨決行

場所…岡谷市役所 集合・解散

内容…市役所 ⇒ 小井川浄水場 ほか 「利き水」開催

対象…小学生と保護者

定員…40名(親子20組)

申込み…5月31日(金)～6月6日(木)

(初参加者優先・定員になり次第締め切り)

**参加無料**



申込み・問合せ●水道課(内線1422)

## なるほど水道 Q&A

**Q** 水道料金は、どのように決めるの?  
岡谷市の水は、高い? 安い?

**A** 水道事業は、法律により、原則として市町村が経営することになっています。事業に必要な経費は、ガスや電気と同様に、収入(水道料金)でまかなう独立採算制が原則で、料金は、水源の地理的条件、人口などにより、事業体(お住まいのまち)ごとに違ってきます。

現在、岡谷市の水道料金は、県内19市中、2番目に安い2,521円、県内平均3,046円よりもかなり低い料金です。(一般家庭使用量の基準:口径13mmで1か月に20㎡使用した場合) ※平成30年3月31日現在

問合せ●水道課(内線1411)

**Q** 岡谷市の水道施設は古い? 更新は?

**A** 岡谷市では、今年度から令和3年度までの3年をかけて、岡谷市長地の今井保育園の南側に、水道の水を一時的に貯めておく配水池という施設を造ります。古くなった施設を統廃合し、維持管理経費を節減するとともに、耐震性を兼ね備えた安全で強靱な施設になります。

また、水道管の耐用年数は40年とされており、各家庭に水を届けるため、管路の更新、耐震化も実施します。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。



問合せ●水道課(内線1426)

**経済センサス基礎調査**



**にご協力ください**

期間…6月から令和2年3月までの10か月間

対象…全国全ての民営事業所

調査方法

- ①調査員が、外観などからすべての民営事業所の活動状態などを確認し、その結果を調査員用端末に入力します。(新規把握事業所以外はここまでで調査が完了します)
- ②新規把握事業所には、調査員が調査票を配布します。回答は、オンラインまたは郵送により提出してください。

「経済センサス-基礎調査」は、日本のすべての産業分野における事業所の活動状態などの基本的構造を、全国や地域別に明らかにするとともに、事業所・企業を対象とする各種統計調査の母集団情報を整備することを目的としています。

【詳しくは、総務省統計局「経済センサス」のページで!】

- ※調査員は長野県知事から任命された地方公務員で、調査に際しては必ず「調査員証」を携帯しています。
- ※調査関係者が調査で知り得た内容をほかにもらうことは、「統計法」の規定により固く禁じられています。
- ※調査を装った不審な訪問者や電話・電子メールなどにご注意ください。不審に思った際には、速やかに秘書広報課までお知らせください。

問合せ●秘書広報課(内線1363)

**未就園児親子交流**

各保育園では、入園前の子どもと保護者を対象に、在園児との交流や保護者同士の交流などを目的とした、保育園で遊べる日を設けています。詳細は各保育園にお問い合わせください。

保育園名	電話番号	名称	今後の開催予定									
			6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	
小口保育園	☎22-2489	なかよしの日	19日	11日	8日	21日	10日	12日	19日	10日	17日	
今井保育園	☎22-2935	うさこちゃんの日	6日	4日	1日	28日	3日	7日	5日	9日	6日	
あやめ保育園	☎22-2680	こっこちゃんの日	4日	2日	6日	28日	25日	8日	17日	9日	-	
川岸保育園	☎22-3829	チューリップぐみ	5日	9日	6日	21日	1日	5日	3日	9日	-	
夏明保育園	☎22-3861	ひよこの日	12日	2日	6日	10日	8日	5日	3日	9日	-	
成田保育園	☎22-2464	うさこちゃんの日	6日	4日	1日	28日	3日	7日	13日	10日	6日	
みなと保育園	☎22-3566	ノンタンの日	6日	4日	2日	28日	15日	5日	17日	9日	3日	
長地保育園	☎27-4194	ノンタンの日	4日	2日	6日	21日	8日	5日	10日	14日	-	
西堀保育園	☎22-7670	ミッフィーちゃんの日	5日	9日	8日	10日	12日	27日	17日	9日	6日	
神明保育園	☎22-4555	ノンタンの日	18日	18日	8日	28日	17日	20日	17日	16日	18日	
横川保育園	☎28-1180	ミッキーの日	6日	9日	21日	28日	7日	8日	16日	10日	-	
つるみね保育園	☎22-2911	げんきぐみ	13日	4日	8日	21日	3日	14日	17日	9日	-	
信学会 東堀保育園	☎27-9366	ノンタンの日	12日	23日	26日	21日	24日	27日	20日	21日	-	
聖ヨゼフ保育園岡谷	☎24-1477	こひつじの会	19日	17日	21日	11日	16日	20日	-	15日	19日	
ひまわり保育園	☎27-2816	ちゅ〜りっぷぐみ	年齢別ひろばがあります。詳しくはひまわり保育園へお問い合わせください。									

**6月の**

**図書館情報**

絵本の読み聞かせ、語り、紙芝居、パネルシアターなどのおはなし会を定期的に行っています。

☆ちいさなおはなしの森

(乳幼児向け)

日時…6月18日(火)

午前11時〜(30分程度)

☆おはなしの森(園児〜小学生向け)

日時…6月1日・8日・15日・22日・29日の土曜日

午前11時〜(20分程度)

☆日曜日のちいさなおはなしの森

(乳幼児向け)

日時…6月30日(日)

午前11時〜(30分程度)

※会場はいつでも、市立岡谷図書館2階会議室です。

◎6月の休館日…3日・10日・17日・24日・28日

今月のテーマブックス

「食べるのだいすき!」

6月16日(毎月第3日曜日)は

「うち読でエ」読の日

問合せ●市立岡谷図書館

☎2212031