

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

難病の理解を深めよう 難病について考える



Hospital
ほすびた
ルポ 64
Reportage

難病とは、平成27年に施行された難病法（難病の患者に対する医療等に関する法律）において、発病の原因が明らかでなく、治療方法が確立していない希少な疾病で、長期にわたり療養を必要とすることと定義され、現在では338種類の疾病が難病に指定されています。今回は、4月に岡谷市民病院へ着任した呼吸器内科の林田医師に、難病についてお話をうかがいます。

― 難病の理解を深めるにあたって

これまで信州大学医学部附属病院などで行ってきた難病の研究を通して、市民や地域のみなさんに難病をもっと身近なものとして捉え正しく理解してもらうことで、難病に対するマイナスのイメージを払拭してもらえればと思います。

― 難病について

パーキンソン病や潰瘍性大腸炎などさまざまな分野の疾病があり、呼吸器の疾病として、特発性間質性肺炎などが挙げられます。特発性間質性肺炎は、肺のなかにある肺胞の壁の部分（間質）に炎症が生じることで壁が厚く硬くなり（線維化）、十分な呼吸ができなくなる疾病で、全国に1万7千人ほどの患者がいます。私が研究に関わっているリンパ脈管筋腫症という疾病は、さらに頻度が少なく、全国の患者は900人ほどで、肺に嚢胞と呼ばれる小さな穴が無数にできることで肺



機能が低下します。この疾病には、近年開発された治療薬を投与することで、病状の進行を抑えることが可能となっています。

難病の診断を受けた場合は、自治体によってさまざまな公的支援が受けられるほか、各都道府県に申請することで医療費の助成を受けることができます。

― 難病に対する意識と周りの理解について

難病は、全国で125人に1人が発症しており、決して他人事ではありません。本人や家族が発症した場合、今後の生活に不安を抱く人がほとんどだと思いますので、各種支援や医療費の助成があるということを知っておくだけでも、心配や困りごとを軽減するこ

とができます。また、周囲の人が難病に対する正しい知識を持つことで、難病を発症した人をサポートすることもできます。

これまで不治の病とされてきた多くの難病に、少しずつ治療の進歩が見られていますので、難病を発症しても焦らず、医療機関と一緒に支援を受けながら、前向きに向き合ってほしいと思います。

― 岡谷市民病院での抱負をお願いします

岡谷市民病院は、施設や看護師など職員の体制も整っているので、とても働きやすいと感じています。この環境を最大限に生かし、患者さんの気持ちを理解して、一人ひとりに寄り添った医療を提供できるように取り組んでいきますので、今後ともよろしく願いいたします。

問合せ ● 岡谷市民病院

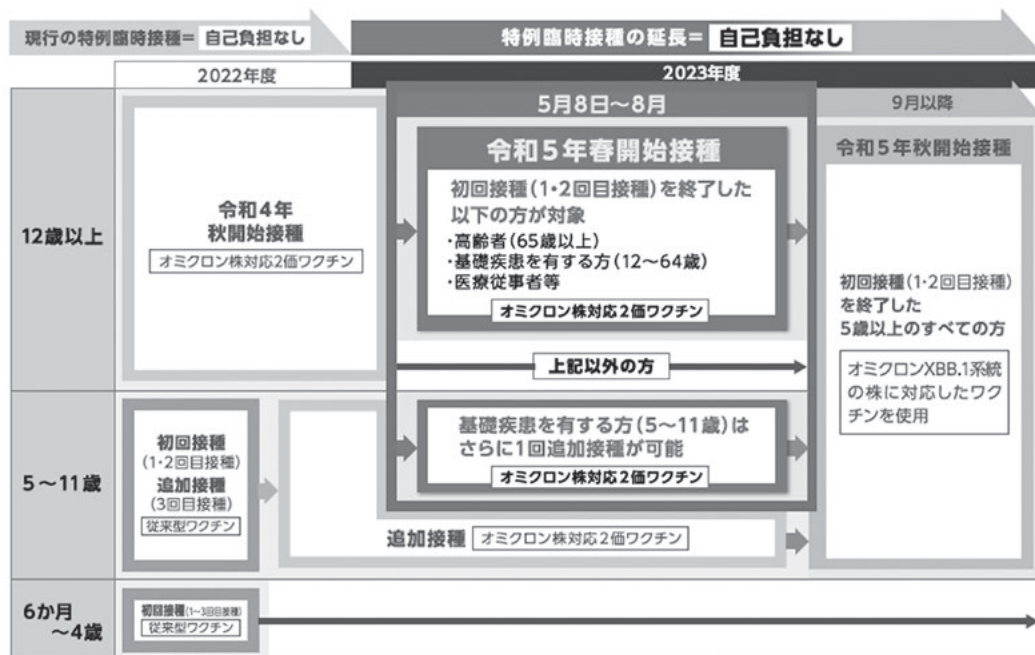
☎ 23-8000



呼吸器内科 林田 美江 医師

新潟大学医学部卒業後、信州大学医学部附属病院などを経て、令和5年4月に岡谷市民病院に着任。呼吸器内科医長。休日は家事をして過ごすことが多いが、映画鑑賞が好きで、時間があるときはミニシアターなどへ行き、マイナーな作品を鑑賞して楽しんでいる。

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ



9月から
「令和5年秋開始接種」
を予定しています

詳細については、決まり次第ホームページなどでお知らせします。

「令和5年春開始接種」は8月で終了します

令和5年春開始接種で用いられているオミクロン株対応2価ワクチンは、いま流行しているオミクロンXBB系統株の感染による重症化を予防します。そのため、接種対象者である重症化リスクの高い人には、オミクロン株対応2価ワクチンを用いて接種を行っています。夏の間に一定の感染拡大が生じる可能性があるため、令和5年春開始接種を未接種の人で重症化リスクの高い高齢の人などは、現行のオミクロン株対応2価ワクチンの8月中の接種をご検討ください。

●8月の集団接種

8月20日(日)に岡谷市民総合体育館で行う集団接種が最終となります。希望する人は、予約サイト、もしくは下記にご連絡ください。

●乳幼児接種(生後6か月～4歳対象)

乳幼児接種は、初回接種として合計3回接種して接種が完了します。3回で1セットですので、早めの接種をご検討ください。接種を希望する人は日程を調整しますので、下記までご連絡ください。

| | 初回接種 |
|------|--|
| ワクチン | ファイザー社(6か月～4歳用) |
| 接種回数 | 3回で1セット |
| 接種間隔 | 【2回目接種】1回目接種から通常3週間 【3回目接種】2回目接種から8週間以上 |

●小児接種(5歳～11歳対象)

【初回接種】乳幼児、小児の接種を問わず、初回接種を受けたことがなく、1回目の接種日において5歳から11歳の方は、小児初回接種(1・2回目)を受けることができます。小児初回接種(1・2回目)を希望する人は、日程を調整しますので、下記までご連絡ください。

【追加接種】初回接種(乳幼児は全3回、小児は全2回)を完了しており、前回接種から3か月以上経過している5歳から11歳の人で、オミクロン株対応ワクチンを未接種の人は、小児追加接種(3・4回目)を受けることができます。小児追加接種(3・4回目)を希望する人は、日程を調整しますので、下記までご連絡ください。

| | 初回接種(1・2回目接種) |
|-------|--------------------------------|
| ワクチン | ファイザー社(5歳～11歳用) 従来株ワクチン(1価) |
| 接種回数 | 2回 |
| 接種間隔 | 通常3週間 |
| 接種対象者 | 1回目の接種日に5～11歳 |

| | 追加接種(3・4回目接種) |
|-------|--|
| ワクチン | ファイザー社(5歳～11歳用) オミクロン株対応2価ワクチン |
| 接種回数 | 1回 |
| 接種間隔 | 前回の接種後3か月以上 ※追加接種の接種間隔は5か月から3か月に変更となっています。 |
| 接種対象者 | 初回接種を完了している5～11歳 |

★乳幼児・小児用のワクチンは、1びんで10人の接種が可能です。接種日時のご調整にご協力ください。

問合せ●新型コロナウイルス感染症対策室 ☎0570-007-055

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

地域の防災訓練に参加しましょう！ 地区分散型防災訓練を実施します



「自助」「互助」「共助」「公助」…いつ発生するかわからない災害に対し、それぞれの役割を果たすことは、とても重要です。

8月27日を中心に、各区において、その役割を確認するための防災訓練が実施されますので、各区の防災訓練に積極的に参加するとともに、自宅や周辺の危険区域の確認、家具の固定や備蓄品の準備など、防災・減災に対する備えを再確認しましょう。

また、今年、1923年（大正12年）に発生した関東大震災から、100年の節目に当たります。その発生日である9月1日は「防災の日」と定められ、日本における災害対策の出発点となりました。

大規模地震のリスクに直面する現代のわたしたちは、災害の記憶を風化させることなく、その経験から得た教訓と知識から学び、後世に継承しなければなりません。関東大震災100年を契機に、それぞれの立場や地域で、防災・減災について改めて考え、災害に備える機会にしましょう。



今年度は、小口区をモデル地区とし、 南海トラフ地震を想定した訓練を実施します

日時…8月27日（日）午前8時～9時30分 場所…小口区民センター

内容…災害対策本部設置訓練、避難誘導訓練、安否確認訓練、避難所開設・運営訓練 など

※当日、午前8時ごろから、サイレンおよび防災行政無線（防災ラジオ防災メールを含む）の放送と緊急速報メールの配信がありますが、訓練ですので災害と間違えないようにしてください。

※同日、午前7時45分ごろに諏訪市防災訓練において、緊急速報メールの配信を予定していますので、周辺地域にお住まいのみなさんは、ご理解・ご協力をお願いします。

命を守る情報！災害に備えて登録しましょう

●メール配信@おかや…防災行政無線情報、気象情報、地震情報などを携帯電話やパソコンに配信するサービスです。登録は無料です。安全で安心な生活を送るためのツールとしてご活用ください。

〈登録方法1〉右のQRコードからサイトに接続し、手順に従い登録してください。



〈登録方法2〉t-okaya@sg-m.jpに空メールを送り、返信内容に従い登録してください。

●岡谷市LINE公式アカウント…防災メールと連携しているため、緊急時にメール配信と合わせて情報を取得できます。ぜひ「友だち登録」を。

〈登録方法〉LINEアプリをダウンロードしたら、右のQRコードから登録。



問合せ●危機管理室（内線1592）

募集

令和6年4月採用 諏訪広域連合職員を募集します

| 職種 | 区分 | 勤務場所 | 募集数 |
|-------|-----|--------------------------|-------------------|
| 一般行政職 | 上級 | 諏訪広域連合事務局 | 1名程度 |
| 消防士 | 上級 | 消防本部 または 諏訪圏域内の消防署 | 4名程度 (各区分1名程度) |
| | 中級 | | |
| | 初級 | | |
| | 社会人 | | |

募集期間…7月18日（火）～8月22日（火）

第1次試験（教養・適性検査・論文）…9月17日（日）

第2次試験（面接）…10月15日（日）

※消防士職種は体力測定あり



詳しくは、諏訪広域連合ホームページをご覧くださいか、
諏訪広域連合企画総務課へお問い合わせください。

URL <https://www.union.suwa.lg.jp/>



問合せ●諏訪広域連合 企画総務課（諏訪市役所内） ☎52-4141

お知らせ

災害情報テレホンガイドの 番号が変わりました

岡谷消防署からお知らせします。

「災害情報テレホンガイド」の電話番号が、6月30日から新しい番号になりました。

新しい電話番号…0570-052-119

〈災害情報テレホンガイドとは〉

火災などの災害が発生したときに、その情報を諏訪広域消防本部から広く住民のみなさんに、リアルタイムで提供しています。コンピューターの自動音声により、火災発生時刻、発生場所などをご案内します。

※通話料金がかかります。



問合せ●諏訪広域消防本部 通信指令課

☎21-5120

市の財政状況をお知らせします

令和4年度下半期
(令和4年10月1日～令和5年3月31日)

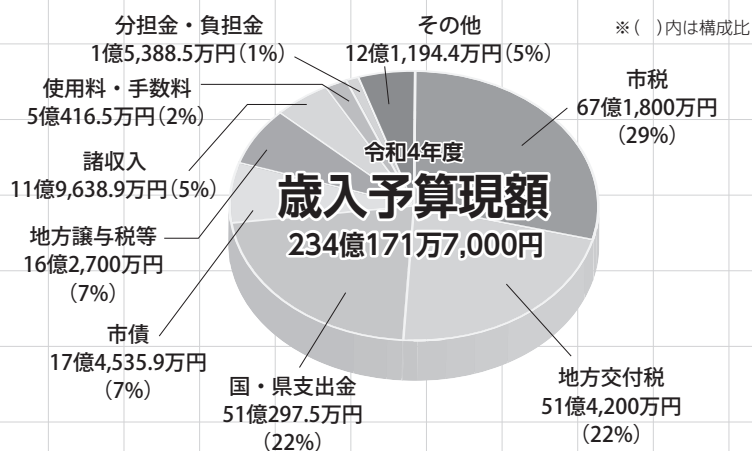
市では、みなさんからお預かりした税金がどのように使われたのかをお知らせするため、年2回「財政事情の公表」を行っています。今回は、令和5年3月31日時点の歳入歳出予算の状況などを紹介します。※出納整理期間が5月31日まで設けられていますので、令和4年度決算額とは異なります。

問合せ●財政課
(内線1532)

一般会計歳入歳出最終予算額…234億171万7,000円

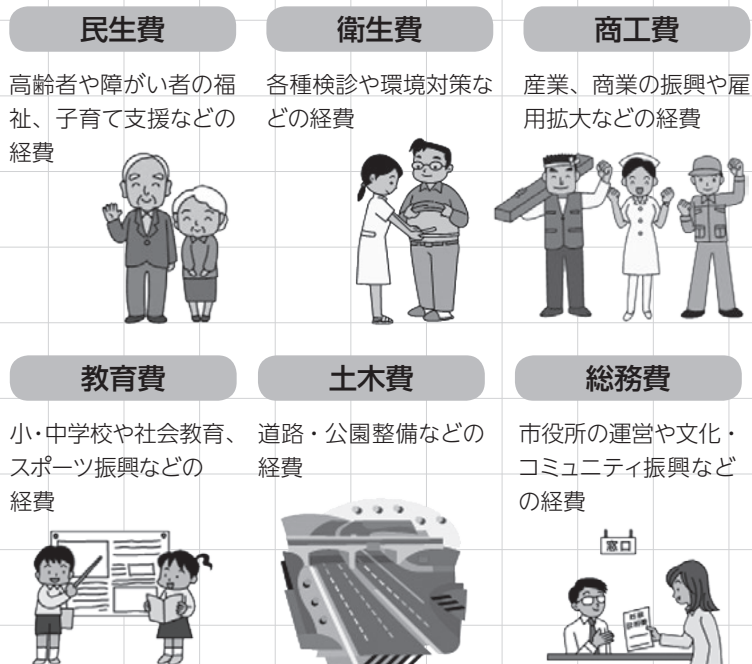
令和4年度下半期では、8回の補正予算を行い、20億3,408万8,000円を増額しました。これにより、最終予算額は令和3年度に比べ、11億8,078万7,000円の減となりました。

歳入の状況 収入済額…203億5,136万761円〔収入率…87.0%〕



| | |
|--------|------------------------------------|
| 市税 | 市民税、固定資産税、軽自動車税など |
| 地方交付税 | 全ての地方団体が一定の水準を維持できるように国から交付されるお金 |
| 国・県支出金 | 一定の事業に使いみちを特定して国・県から交付されるお金 |
| 市債 | 学校などの公共施設の補修や道路を造るときなどに借りる借金 |
| 諸収入 | 税の延滞金、預金利子など |
| 地方譲与税等 | 自動車重量譲与税、配当割交付金、地方消費税交付金、地方特例交付金など |

歳出の状況 支出済額…187億1,042万6,779円〔執行率…80.0%〕



令和4年度の歳入は、新型コロナウイルス感染症の影響で落ち込んだ税収が一定の回復をすと見込んでいたなかで、企業の設備投資等が想定を上回ったことなどにより、市税収入は前年度を大きく上回りました。歳出は、原油価格・物価高騰への対応や、感染症対策に係る経費を要しましたが、国の交付金などを有効に活用し、より効率的かつ効果的な執行に取り組んだ結果、引き続き、健全財政を維持することができる見込みです。ウクライナ情勢の長期化に伴う影響や、感染症の動向など、先行きが不透明な現状ではありますが、本市が持つ独自の強み、特色を活かしながら、将来にわたって持続可能で、将来のまちに多くの夢と希望を描くことができる確かなまちづくりを進めていきます。

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

令和6年度 保育園等入園説明会・入園申し込み

来年4月以降、保育園などに入園を希望する乳幼児の入園説明会を開催します。

【入園説明会】

第1希望の園へご出席ください。

①市内公立13保育園

日時…10月5日(木) 午後7時～

※公立保育園の説明会に当日出席できない場合は、10月6日(金)から20日(金)までの間に、子ども課窓口へお越しください。資料をお渡しします。

②ヤコブ幼稚園

日時…8月25日(金) 午前10時～

③聖母幼稚園

日時…8月24日(木) 午前10時～

②・③は入園希望の子どもを連れて来園してください。

④瑞穂幼稚園

日時…12月14日(木) 午後4時30分～

※随時開催しますので園にお問い合わせください。

⑤信学会東堀こども園(同日2回実施)

日時…9月28日(木) 午後2時～・7時～

⑥ひまわり保育園

日時…10月4日(水) 午後7時～

⑦聖ヨゼフ保育園岡谷

日時…10月6日(金) 午後7時～

⑧きり岡谷市民病院園

日時…随時開催しますので、詳細は園にお問い合わせください。

※私立保育園などの説明会に当日出席できない場合は、直接各園にお問い合わせください。

【入園申し込み】

●市内公立13保育園・聖ヨゼフ保育園岡谷・ひまわり保育園・信学会東堀こども園

日時…10月26日(木) 午前8時30分～午後5時15分

●ヤコブ幼稚園・聖母幼稚園

日時…10月16日(月) 午後1時～2時30分

●瑞穂幼稚園(2回実施)

日時…8月1日(火) 午前10時～午後5時

1月10日(水) 午前10時～午後5時

※随時受付しますので園にお問い合わせください。

●きり岡谷市民病院園

園に直接お問い合わせください。

※申し込みの詳細は説明会もしくは資料をご参照ください。

【注意事項】

※産・育休明けの職場復帰などに伴い、令和6年度中に乳児の入園を希望する人は、出生前から入園の予約ができます。

※令和7年4月初日から1日保育が必要な場合は、慣らし保育(半日保育)を令和7年3月中に行う必要があるため、令和6年度(今回)の入園申し込みを行ってください。

| | 施設名 | 電話番号 | 3歳未満児保育 | 開園時間(月～土曜日) |
|---|--------------|---------|------------------|---|
| ① | 小口保育園 | 22-2489 | 6か月から | 平日 午前7時30分～午後7時30分 土曜日 午前7時30分～午後6時30分 |
| | 今井保育園 | 22-2935 | 1歳から | |
| | あやめ保育園 | 22-2680 | 6か月から | |
| | 川岸保育園 | 22-3829 | 1歳から | |
| | 夏明保育園 | 22-3861 | なし | |
| | 成田保育園 | 22-2464 | 6か月から | |
| | みなと保育園 | 22-3566 | 6か月から | |
| | 長地保育園 | 27-4194 | 6か月から | |
| | 若草保育園 | 23-4811 | なし | |
| | 西堀保育園 | 22-7670 | 6か月から | |
| | 神明保育園 | 22-4555 | 1歳から | |
| | 横川保育園 | 28-1180 | 1歳から | |
| | つるみね保育園 | 22-2911 | なし | |
| ② | 私立 ヤコブ幼稚園 | 22-2618 | 2歳から | 平日 午前8時40分～午後3時 早朝:午前7時50分～(母就業の場合のみ)、夕方:～午後6時(だれでも) |
| ③ | 私立 聖母幼稚園 | 22-5090 | 満3歳から | 平日 午前8時40分～午後3時 早朝:午前7時50分～(母就業の場合のみ)、夕方:～午後6時(だれでも) |
| ④ | 私立 瑞穂幼稚園 | 22-3806 | 満3歳から | 平日 午前8時30分～午後3時 早朝:午前8時～ 延長:～午後5時30分(原則) |
| ⑤ | 私立 信学会東堀こども園 | 27-9366 | 6か月から | 平日・土曜日 午前7時30分～午後7時30分 |
| ⑥ | 私立 ひまわり保育園 | 27-2816 | 産休明けから | 平日 午前7時～午後7時30分 土曜日 午前7時～午後6時30分 |
| ⑦ | 私立 聖ヨゼフ保育園岡谷 | 24-1477 | 産休明けから | 平日・土曜日 午前7時30分～午後7時30分 |
| ⑧ | 私立 きり岡谷市民病院園 | 23-6656 | 6か月から (未満児のみ) | 平日・土曜日 午前7時30分～午後8時 |

※信学会東堀こども園・ヤコブ幼稚園・聖母幼稚園・瑞穂幼稚園は、『保育園に入園できる基準』に該当しない世帯の子ども(3歳以上に限る)も利用できます。

◆**保育園に入園できる基準**…保育園への入園は、父母ら保護者が次のいずれかに該当し、児童を保育できないと認められることが条件です。

- 月48時間以上の就労(フルタイム、パートタイム、内職など)
- 就学(職業訓練校などでの職業訓練を含む)
- 妊娠・出産
- 虐待やDVのおそれがある場合
- 保護者の疾病、障がい
- 育児休業取得中に、既に保育を利用している児童で継続利用が必要な場合(原則として3歳児以上)
- 同居または長期入院などをしてい
る親族の介護・看護
- 災害復旧
- そのほか上記に類する状態として
市が特別に認める場合
- 求職活動(起業準備を含む 最長
3か月間)

問合せ●子ども課(内線1227・1261)

information — 今月のお知らせ —

募集

市の封筒裏面に
広告を掲載しませんか

市から市内の家庭、事業所に発送する封筒の裏面の広告です。大きな宣伝効果が期待できます。ぜひご応募ください。

広告媒体・数量…定形郵便封筒（縦23.5cm×横12cm）の裏面 50,000枚

広告枠サイズ…縦5cm×横9cm（1色刷り）×4枠

掲載料…1枠 35,000円

使用期間…10月（予定）から1年間（封筒がなくなるまで）

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。社会問題に関する主義主張。美観風致を害するものなど。

応募方法…会計課窓口、または市のホームページにて募集要項を確認のうえ、申込書を会計課に提出してください。

募集期間…8月1日（火）～18日（金）



こちらから▶

問合せ●会計課（内線1114）

お知らせ

児童扶養手当現況届の
提出をお願いします

児童扶養手当の支給を受けている人（支給停止の人を含む）は、前年の所得や受給資格を確認するため、毎年8月中に現況届の提出が必要です。該当する世帯には、7月上旬に通知を送付しました。内容を確認のうえ、提出をお願いします。なお、期限までに提出がない場合は、11月以降の手当が受けられなくなることがありますので、ご注意ください。

【通常受付】

日時…8月1日（火）～31日（木） 平日午前8時30分～午後5時15分

場所…市役所2階 社会福祉課

【夜間受付】

日時…8月3日（木）・4日（金） 午後5時30分～午後8時

場所…市役所9階 大会議室

【休日受付】

日時…8月5日（土） 午前9時～午後3時 場所…市役所9階 大会議室

提出するもの…現況届（当日現地で記入）、養育費に関する申告書（当日現地で記入）、児童扶養手当証書（ピンク色用紙・全部支給または一部支給者のみ）、その他必要な書類（7月上旬に送付した通知に同封）

※令和5年度分（令和4年1月1日から令和4年12月31日）の税申告が済んでいない人は、現況届提出前に税務課で所得の申告をしてください。

問合せ●社会福祉課（内線1263）

お知らせ

8月15日（火）・16日（水）の
ごみ・資源物の収集はお休みです

収集場所にごみや資源物を出さないようご協力をお願いします。

| | 8/13 （日） | 8/14 （月） | 8/15 （火） | 8/16 （水） | 8/17 （木） |
|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| ごみ・資源物の収集 | 休み | ○ | 休み | 休み | ○ |

★ごみを持ち込む場合

| | 持ち込み先 | 8/13 （日） | 8/14 （月） | 8/15 （火） | 8/16 （水） | 8/17 （木） |
|------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 燃やすごみ | 諏訪湖周 グリーンセンター 月～金曜： 午前8時30分 ～午後4時 | 休み | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 埋立ごみ 草枝 | （株）アイ・ コーポレーション 午前9時～午後4時 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

問合せ●環境課（内線1447・1448）

お知らせ

住民税非課税世帯等に対する
臨時特別給付金について

物価高騰を踏まえ、家計への影響が大きい住民税非課税世帯等に対し、給付金を支給しています。期限がありますので、忘れずに手続きしてください。詳しくはお問い合わせください。

電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金（国制度）

対象世帯…次の(1)・(2)いずれかの要件に該当する世帯

(1)住民税非課税世帯

世帯全員の「令和5年度住民税が非課税」の世帯

(2)家計急変世帯

令和5年1月～10月の収入が減少し、(1)と同様の水準にあると認められる世帯

給付額…1世帯あたり3万円 申請期限…10月31日（火）

| | 手続き方法 |
|-------------|---|
| (1)住民税非課税世帯 | ①市からお知らせ通知が届いた場合…申請手続き不要（令和4年度給付金受取り口座） ②市から確認書（一部申請書）が届いた場合…申請が必要 |
| (2)家計急変世帯 | 申請書を提出 |

問合せ●社会福祉課（内線1251・1222）

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

産前産後期間の国民年金保険料は免除になります！

免除期間…出産予定日、または出産日が属する月の前月から4か月間(以下「産前産後免除期間」)は、国民年金保険料が免除になります。なお、多胎妊娠(2人以上の赤ちゃんを同時に妊娠)の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から数えて6か月間の国民年金保険料が免除されます。

※産前産後期間の免除制度では、免除された期間も保険料を納付したものととして、**老齢基礎年金の受給額に反映**されます。

※産前産後免除期間中に、すでに国民年金を納付している場合は、免除申請をすることで納付分が還付されます。

対象…産前産後免除期間に国民年金第1号被保険者の期間を有する人

※すでに出産した人も、出産日が平成31年2月1日以降であれば対象となります。

届出時期…出産予定日の6か月前から届出可能ですので、速やかに手続きしてください。

※届出をしないと免除になりませんので、ご注意ください。

必要な書類…出産予定日または出産日を確認できる母子健康手帳

届出先…市民生活課窓口(国民年金担当)

詳しくはこちらから▼

問合せ●市民生活課(内線1158)
岡谷年金事務所 ☎23-3661



募集

養蚕を体験してみませんか？ 参加者募集

三沢区民農園では、年に2回、4~6万頭の「おかいこさま」を飼育しています。この蚕たちの餌である桑の調達、餌やりなどの飼育体験と、はた織り体験を行います。蚕とふれあって、岡谷の文化や魅力を感じ取ってください。

日時…養蚕体験：9月9日(土) 午後1時30分~4時30分
9月16日(土) 午後1時30分~4時30分

はた織り体験：10月1日(土)

午前の部・昼の部・午後の部

場所…養蚕体験：岡谷蚕糸博物館→三沢区民農園

はた織り体験：岡谷絹工房

対象…養蚕に興味のある人

※小学生は保護者同伴のこと。身長130cm以下の人は、はた織り体験ができないことがあります。

定員…15名程度

参加費…2,000円

申込み…7月25日(火)から電話にて受付。定員になり次第締め切ります。



問合せ●ブランド推進室(岡谷蚕糸博物館内) ☎23-3489

お知らせ

8月は「道路ふれあい月間」です

「気持ちいい 道路であいさつ にっこにこ」

(令和5年度「道路ふれあい月間」代表標語)

道路は人や車が通るばかりではなく、ガスや上下水道などの通り道でもあり、わたしたちの暮らしには欠かせない大切な施設ですが、あまりに身近な存在のため、その重要性が見過ごされがちです。「道路ふれあい月間」では、道路の役割や重要性を改めて認識してもらうため、道路の愛護活動や正しい利用の啓発活動などが行われます。この機会に『道』について考えてみましょう。



【8月10日は「道の日」です】

8月10日は「道の日」

道路の意義や重要性について関心を持ってもらうため、国は、昭和61年度に8月10日を「道の日」と制定しました。

【ご活用ください「くらしマップおかや」】

市ホームページの便利メニューにある「くらしマップおかや」では、道路に関連する情報が掲載されています。ご活用ください。

- ① 市内にある道路の名前(路線番号)を知りたい…**市道認定路線図**
- ② 道路上に異常(穴があるなど)があり、連絡したい…**道路情報投稿アプリ**
- ③ 街区基準点の場所を知りたい…**街区基準点**
- ④ 市内にある河川の名前を知りたい…**河川図**
- ⑤ 市道の1週間以上の全面通行止・車両通行止について知りたい…**通行規制情報**

くらしマップおかやは
こちらから▼



問合せ●土木課(内線1315~1318)

お知らせ

「長野県パートナーシップ届出制度」が始まります

長野県では、多様性や違いを認め、ともに支え合って暮らす社会の実現に向けて、性的マイノリティのみなさんの生活上の障壁を取り除くことをめざすため、「長野県パートナーシップ届出制度」をスタートします。

双方またはいずれか一方が性的マイノリティであるお二人が、互いを人生のパートナーとすることを県へ届け出て、県は届出を受領したことを証明する「届出受領証」を8月1日(火)から交付します。

制度の詳細や届出方法については、長野県公式ホームページをご覧ください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/jinken-danjo/sogi/partnership.html>

こちらから▶



※性的マイノリティとは、同性に恋愛感情を持つ人や自分の性に違和感がある人のこと

問合せ●長野県人権・男女共同参画課
☎026-235-7102

健康 ひと回メモ

No.550

目の前に蚊が飛んでいませんか？ 「飛蚊症」

みなさんは、明るいところや白い壁、青空を見たときに、黒い点や虫のようなもの、また糸くずのような浮遊物を見たことはありませんか。このように視野に浮遊物が飛んでいるように見える症状を、飛蚊症と呼びます。目を動かすと浮遊物は一緒に移動し、細かく揺れて、その名の通り目の前を蚊が飛んでいるように感じます。多くの場合は、加齢など生理的变化によるもので問題ありませんが、網膜剥離など重篤な疾患の予兆の場合があるので注意が必要です。

飛蚊症の原因は、心配のない生理的なものと、治療を要する病的なものに分けられます。

まず生理的飛蚊症についてです。眼球内の大部分は硝子体というゼリー状の透明な物質が詰まっています。硝子体は99%以上が水分で、わずかに線維を含んでいます。年齢が上がったり、近視が強い場合は、水分と線維が分離して中に空洞を形成します。さらに進行すると、眼球の内壁に密着していた硝子体がそこから離れて、線維の塊が眼球内にフワフワと浮いた後硝子体剥離という状態になります。この塊が、ものを見るとときに浮遊物として認識されます。これが飛蚊症の正体です。後部硝子体剥離自体は病気ではありませんが、網膜剥離などの疾患を引き起こすことがあるので注意が必要です。

次に病的な飛蚊症についてお話しします。硝

子体剥離や他の原因で網膜に穴が開いたり、その穴から液化した硝子体が網膜下に入り込んで網膜が剥がれてしまうことがあります。穴の開いた状態を網膜裂孔、剥がれた状態を網膜剥離といいます。このような現象が起きると、浮遊物が増えたり、閃光が見えたりすることがあります。さらに進行すると、視野の一部が欠けたり、視力低下を自覚します。

網膜裂孔の治療はレーザーで裂孔周囲を焼き固めて、網膜剥離を防止します。網膜剥離が起こった場合は手術が必要となります。

糖尿病、高血圧や外傷により硝子体中に出血を起こすと、飛蚊症を自覚することがあります。ひどいと墨が垂れたように見えたり、霧がかかったように見えます。出血が少ない場合は自然に消退したり、レーザー治療でようすをみたりしますが、ひどい場合は硝子体手術を行うこともあります。その他には、ぶどう膜炎で飛蚊症を自覚することもあります。

飛蚊症の多くは生理的で心配ないものですが、病気が原因となつて引き起こされている場合もあります。症状を感じたら早めに眼科を受診しましょう。

(岡谷市医師会)



環境

この夏は電力が逼迫! 省エネ家電でゼロカーボンへ

モノを大事に長く使うことは大切ですが、地球温暖化を食い止めるためには、電化製品の消費電力とCO₂排出量を見直す必要があります。家電を買い替える際は、省エネ性能の高い製品を選ぶ目安として、製品の『省エネルギーラベル』を参考にしましょう。省エネ性能の高い製品に買い替えることでCO₂が削減され、光熱費も安くなるので家計の節約にもつながります。

この夏も電力需給が逼迫しています。『ゼロカーボン』の取り組みは、毎日消費するエネルギーと密接な関係があります。日ごろから省エネを意識しましょう。

【ラベルにはメーカーなどが製品の省エネ性能を表示しています】



多段階評価点

製品の省エネ性能を高い順に5つ～1つの星、または5.0～1.0までの41段階で表示。種別(電気・ガス・石油)を問わない。

省エネルギーラベル

機器区分ごとに定められた省エネ基準までの程度達成しているかを%で表示。

年間の目安エネルギー料金

エネルギー消費効率(年間消費電力量等)を、年間の目安電気料金でわかりやすく表示。

問合せ●環境課(内線1445・1446)