

くらしのカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1 もやせるごみ	2 缶	3 憲法記念日 内 佐藤医院 ☎32-2002 外 さたけ整形 ☎33-4855	4 みどりの日 内 内方医院 ☎32-2101 外 こまつクリニック ☎22-2115
5 こどもの日 内 柿崎小児科 ☎25-2210 外 刈田病院 ☎25-2145	6 振替休日 内 堤医院 ☎25-1181 外 おおし整形 ☎22-2888	7 午前：湯原出張診療 午後：関診療所休診 ペットボトル	8 午後1時30分～ 学校検診 もやせるごみ	9 ビン・紙類	10 整形外科外来 受付時間： 3時30分まで 容器包装プラ	11
12 内 加藤整形 ☎26-2653 外 刈田病院 ☎25-2145	13 午後3時～ 学校検診	14 午前：湯原出張診療 午後：関診療所休診	15 午後1時30分～ 学校検診 もやせるごみ	16 午後3時30分～ 関診療所休診 その他プラ	17 午後：湯原出張診療	18
19 内 たかはし内科 ☎22-2535 外 刈田病院 ☎25-2145	20	21 午前：湯原出張診療 午後：関診療所休診	22 もやせるごみ	23 もやせないごみ・紙類	24 整形外科外来 受付時間： 3時30分まで 容器包装プラ	25
26 内 巨理内科 ☎25-8501 外 大泉記念病院 ☎22-2111	27	28 午前：湯原出張診療 午後：関診療所休診	29 もやせるごみ	30 ビン	31 午後：湯原出張診療	6/1
6/2 内 三浦クリニック ☎25-6854 外 刈田病院 ☎25-2145	6/3 ペットボトル	6/4 午前：湯原出張診療 午後：関診療所休診	6/5 もやせるごみ	6/6 缶	6/7 整形外科外来 受付時間： 3時30分まで	6/8

※生ゴミを出す場合は、必ず水気を十分に切ってから出すようにして下さい。  
 ※休日歯科診療は、白石市健康センター2階で9時から17時まで。  
 ※休日当番医は、都合により変更になる場合があります。

### 今月の納税

この社会  
あなたの税が  
生きている

固定資産税 第1期  
軽自動車税 全期

納期及び口座振替は5月31日(金)です。  
 納期内納入にご協力をお願いします。  
 事前に預貯金の残高を確認しましょう。

### 戸籍の窓

平成25年4月16日現在

◆お悔やみ申し上げます

加藤 妙子 78歳(湯原)  
 村上 潔 86歳(関)  
 古川 芳明 75歳(関)  
 杉本 誠 60歳(峠田)  
 寺田 晴満 64歳(湯原)

### 町の人口

平成25年3月31日現在

男 816人(±0)  
 女 838人(-1)  
 計 1,654人(-1)

世帯数 692戸(+3)

( )先月比

※住民基本台帳法の一部改正により、平成24年7月9日から外国人の方も含まれるようになりました。

健康一ロメロ

大泉記念病院 副院長

佐藤 Kazuhiko  
藤和 Sato  
彦彦



### ■糖尿病の合併症

特に高齢者の低血糖と認知症との関連について

日本人の糖尿病の患者さんは、予備軍を含めて2,200万人前後と言われています。治療は、療法・運動療法を行い、それでもコントロールできない方は、種々の内服薬・インシュリン注射などでほとんどがコントロール可能になってきました。しかし、それでも注意しなくてはならない合併症があります。

細い血管や神経が障害される、目の網膜症・腎症・神経障害があり、特に糖尿病性腎症による透析の導入が、毎年16,000人にも上っています。また、大血管障害と言われる心筋梗塞や脳卒中も、高血圧・高脂血症と共に、糖尿病が原因と言われております。

さらに糖尿病患者は、

非糖尿病患者と比べてアルツハイマー型認知症が1.5倍、4.5倍多いことが、最近わかってきました。また、著しい高血糖自体が認知機能を障害し、治療中におこる低血糖が認知機能の低下と、認知症を引き起こす可能性があることもわかってきました。

軽度の低血糖症状は、発汗・手の震えなどの自律神経症状と、めまい・フラフラ感・脱力感・眼がボーンとする・意欲低下や仕事の能率が低下するなどの神経糖欠乏症状に分けられますが、高齢者は低血糖の自律神経症状が乏しく注意が必要です。

「こころ診療所」  
所長 宮崎 武文

### ■糖尿病の検査値が変わります！

糖尿病を調べるための採血検査にHbA1cという検査があります。これは最近1ヶ月間の血糖の状態を測定する検査です。このHbA1cの測定方法が従来のJDSという方法から国際標準であるNGSPに今年4月1日から全面的に変更になります。具体的にはJDSの値と比較しNGSPでは約0.4%高い数字となるので、その分正常値も高くなります(正常値はJDS値で6.1%未満、NGSP値で6.5%未満)。このため検査結果を見て急に糖尿病が悪化したと勘違いしないよう注意してください。

昨年度まで当診療所ではJDS値、NGSP値の両方の結果を併記してお知らせしていましたが、全面的な変更に伴い今年4月からはNGSP値のみとなります。また、今年度実施される特定健診もNGSP値で結果が出る予定となっておりますので注意してください。

【整形外科外来のお知らせ】  
5月は10日(金)と24日(金)です。

【休診のお知らせ】  
毎週火曜日の午後は研修のため休診とさせていただきます。



峠田 高橋美貴さん

### 「我が家の猫」

私は猫が好きです。家でも1匹飼っています。名前は「にゃん太郎」で、お父さんが付けてくれました。

にゃん太郎との出会いは高校の時、学校の先生が紹介してくれた方からいただきました。その時はまだ生まれてから3ヶ月くらいでとても小さくて可愛かったです。

それから3年、にゃん太郎は大きく育ちました。

今ではにゃん太郎は我が家のアイドルです。仕事で疲れて帰ってきて、一緒に遊んだりするとその愛くるしい姿に癒されて、「また明日も頑張ろう」と思えます。

今や、家族として一緒に暮らしています。これからも健康で長生きして欲しいです。

今回は西山学院高等学校で講師を務められている千葉啓太さんにリレーされます。