

塩谷郡市医師会リレーコラム
シリーズ「かかりつけ医のことば」

問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内
塩谷郡市医師会

第23回「慢性腎臓病・腎不全：腹膜透析という選択」
かわしま循環器内科 院長 川嶋 章浩 (矢板市)

慢性腎臓病は、国民病の1つとして、大きな位置を占める疾患になってきています。3カ月以上持続する蛋白尿・血尿などの異常または腎機能が約6割以下に低下した状態を慢性腎臓病と言います。

慢性腎臓病になると、浮腫み・高血圧・易疲労感・貧血による息切れ・気分不快・食欲低下などの症状が出始めます。正常の約2割以下の腎機能となり、透析や移植が必要になってくる状態を末期腎不全と言います。

末期腎不全で、透析を受けている患者さんは、約33万人(うち腹膜透析は、約1万人)で、新たに透析の導入患者さんは年間約4万人に及びます。慢性腎不全は、現在の医療では元の正常な状態には回復せず、そのほとんどが末期腎不全に移行します。

腎不全の治療法には、血液透析・腹膜透析・腎臓移植があり、おのおのに長所、短所があります。

血液透析は、透析を行っている医療機関で週3回、1回約4時間行います。生活の制約は大きいですが、専門の医療機関で受ける治療なので簡便です。

腹膜透析は、通常1日4回、1回約30分自宅や職場

で行うことができるため、血液透析と比べ生活の制約が少なく、働いている方に向いています。さらに日中の交換を無くし、夜間就寝中に機械を使って透析液の交換を行う方法もあります。通院は、月に1~2回程度で済みます。腹膜透析は、腹腔カテーテル出口部や周囲の清潔を保ち、感染予防に努める事が大切で、透析液交換や装置の準備の手間もかかりますが、血液透析と比べ血圧変動がほとんど無く、残った腎機能を長く維持できます。主治医とも相談し、自分のライフスタイルに合った治療法を、考えていきましょう。

血液透析／血液の体外循環により透析機器を通して、尿毒素を除去します。

腹膜透析／お腹にカテーテル(細い管)を入れ、それを通して透析液を出し入れし、体内の腹膜を使い、尿毒素の除去を行います。

腎臓移植／家族などからの生体腎移植と死体腎移植がありますが、日本では年間1,600件程度で、米国の約1割とかなり少ないのが現状です。

国民年金 4月上旬に保険料
「納付書」をお送りします

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎(22)6311
矢板市市民課 ☎(43)1117

令和4年度の国民年金保険料は、月額16,590円です。

国民年金からは、老齢基礎年金のほかに障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されます。また、納めた保険料は全額が社会保険料控除の対象になります。

国民年金の保険料は毎年改定され、令和4年度は月額16,590円です。日本年金機構から4月上旬に送付される「納付書」で、翌月の末日までに納めてください。

なお、保険料は納付期限から2年を過ぎると納められなくなりますので、ご注意ください。

納付窓口は、金融機関(ゆうちょ銀行を含む)、またはコンビニエンスストアです。ほとんどの金融機関で口座振替もできますので、ご利用ください。

※年金事務所でも口座振替の申し込み(郵送可)ができます。

水道料金の納付は便利な
口座振替をご利用ください

問い合わせ／水道課 ☎(44)1511

水道料金を納付書により納めている方は、ぜひ口座振替をご利用ください。

～口座振替はメリットのある納付方法です～

- 納期ごとに金融機関、コンビニなどへ足を運ぶ手間がなくなります。
- うっかり支払い忘れることがなくなります。
- 支払いのために現金を持ち歩く必要がなくなります。
- 一度手続きをすれば自動的に振替が更新されます。

手続き場所／

・預金口座がある取扱金融機関
(振替可能な銀行など…足利銀行、栃木銀行、塩野谷農業協同組合、大田原信用金庫、中央労働金庫、那須信用組合、ゆうちょ銀行)

手続きに必要なもの／

預貯金通帳、預貯金通帳の届出印

5月の集団健康診査日程
～新規申し込み受付中!!～



※市ホームページ(トップページ>健康・福祉>健康診査・各種検診>各種健康診査の日程)に健康日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健康診査のお知らせ(問診票)
- ③番号札引換券(集団健康診査のお知らせと同封のピンク色の用紙)
- ④受診券(特定健康診査を受診する社会保険の方)

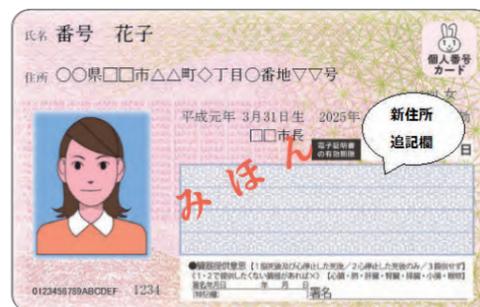
	受付時間	場所	特定健康診査 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
13日(金)	8:00~10:30	片岡公民館	○		
14日(土)		片岡公民館	○	○	
16日(月)		市体育館	○	○	
22日(日)	7:30~10:30	片岡公民館	○	○	
23日(月)		市体育館	○	○	
24日(火)		泉公民館	○	○	
26日(木)		市体育館	○	○	
26日(木)	13:30~14:30		大腸がんのみ提出可	○	※健診は女性のみ
31日(火)	7:30~10:30	片岡公民館	○	○	

マイナンバーカード
転入・転居をされた方へ

問い合わせ/
市民課 ☎(43)1117
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178

マイナンバーカードをお持ちの方は、転入・転居時にカードの住所変更が必要です。手続きの際は、マイナンバーカードを忘れずにお持ちください。

なお、世帯全員のマイナンバーカードをお持ちいただければ、まとめて住所変更の手続きを行うことができます。



※手続きにはマイナンバーカードの暗証番号が必要になります。

※転入時の住所変更は、90日を経過するとマイナンバーカードが失効する場合がありますので、お早目に手続きをお願いします。

マイナンバーカード休日窓口(要予約)
平日にマイナンバーカードの申請や受け取り・更新が困難な方のために、休日窓口を開設します。

ご希望の方は開設日の2日前までに、予約サイトまたは電話で予約をしてください。

日時/4月16日(土)、5月21日(土) 9:00~12:00
※申請の際は、本人確認書類と通知カードを必ずお持ちください。



基本的な感染対策を徹底しましょう!

