

塩谷郡市医師会リレーコラム CKD (慢性腎臓病) について

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。
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

尾形クリニック 血液透析センター長 米田尚弘 (矢板市)

みなさんは、CKDという言葉を知っていますか？CKDとは「慢性腎臓病 Chronic (慢性の) Kidney (腎臓) の Disease (病気)」の略語で、最近注目されている疾患です。その原因は糖尿病、高血圧などの生活習慣を背景としたものから、糸球体腎炎など腎臓固有の病気、遺伝性疾患まで多種多様です。

では、なぜCKDが注目されているのでしょうか？CKDは透析や腎移植が必要となるような末期腎不全の原因になるのみならず、CKD患者さんは脳卒中や心筋梗塞などの生命に直結する疾患になる危険性が高まると言われているからです。

透析を受けていらっしゃる方は、すでに日本で30万人以上(400人に1人)であり、年々増加傾向にあります。いかにCKDを早期発見し治療するかが重要です。日本人

の8人に1人はCKDと言われており、決して他人事ではありません。

ではCKDの診断はどのように行われているのでしょうか？CKDかどうかは、検尿(尿蛋白や血尿の有無)や血液検査(尿素窒素やクレアチニン)、画像検査(超音波やCT)などで判断します。検診などで、検尿異常(尿蛋白や血尿が出ている)などと書かれていても、症状が無いがために放置してしまいがちだと思いますが、CKDの初期の可能性もあります。

最近ではCKDに対する治療もかなり進歩しており、早期に治療介入すれば進行を食い止めることも可能となりました。

検診結果などで気になる点がある方はぜひ医療機関を受診してみてください。

がん検診を受けましょう

～早期発見があなたの命を守ります～

問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

がんは、日本人の死因の第1位で、矢板市においても第1位です。がんは、日本人の2人に1人がかかると言われる病気でもあります。

女性では20代後半からがんになる人が増え、男性では50代を過ぎる頃から急に増えることが分かっています。がん検診を受診し、早期発見を心掛けましょう。

また、平成28年度健康診査・検診申込調査を実施しています。お申し込みは、お済みですか？



年に1度は健康診査を受けて自分の健康を守ってほしいナリ～!

【がん検診の検査内容】

- 胃がん：胃のエックス線検査
バリウムと発泡剤を服用し、胃の中の粘膜をさまざまな角度から撮影します。
- 肺がん：肺のエックス線検査 (喀痰細胞診)
肺全体を撮影します。
(医師が必要と認めた場合、痰を採取してがん細胞の有無を顕微鏡で調べます。)
- 大腸がん：便潜血検査
便の表面をスティックでこすりとり、便の中に血液が混じっていないかを調べます。
- 乳がん：マンモグラフィ+超音波検査
乳房を圧迫板で挟み押し広げた状態でエックス線撮影をします。超音波を乳房に当て、その反射を映像化して内部の状況を調べます。
- 子宮がん：細胞診検査
子宮の入り口付近の細胞を綿棒などでこすりとり、顕微鏡で異常な細胞があるかどうか調べます。

マイナンバー制度 個人番号の利用が始まりました!

問い合わせ/
市民課 ☎(43)1117 FAX(43)5962
マイナンバーコールセンター ☎0120(95)0178

平成28年1月から、社会保障や税の手続きで個人番号の利用が始まりました。

個人番号カードの申請・交付について

個人番号カードは、公的な身分証明書になるほか、カードのICチップに格納された電子証明書を利用して電子申告ができます。

個人番号カードの交付を希望される方は、①通知カードに同封された申請書、②スマートフォン、③パソコン、④個人番号カード申請対応の証明写真機のいずれかで申請を行ってください。

申請後、交付場所などをお知らせする交付通知書を送付しますので、必要なものをご持参の上、交付通知書に記載された期限までにご本人がお越しください。

交付は、本人確認を行った上で暗証番号を設定するため、30～40分ほど時間がかかります。ご了承ください。

個人番号カードの交付時期について

個人番号カードは地方公共団体情報システム機構(J-LIS)にカードの作成を委託しており、J-LISがカード作成後、市区町村に送付するため即日交付ができません。

平成28年の確定申告時期に有効な電子証明書をお持ちでない方が、新しい電子証明書にて確定申告を行うよう個人番号カードの交付申し込みを行っても、交付が確定申告期間に間に合わないおそれがあります。ご注意ください。

【個人番号カード申請時期ごとの交付時期見込み】

| 申請書の受領時期 | 個人番号カードの交付時期 |
|------------------|--------------|
| 平成27年10月5日～11月下旬 | 平成28年1月下旬以降 |
| 平成27年11月下旬～12月上旬 | 平成28年2月上旬以降 |
| 平成27年12月上旬～12月中旬 | 平成28年2月下旬以降 |
| 平成27年12月中旬～12月下旬 | 平成28年3月上旬以降 |

国民年金 ねんきんネットをぜひご利用ください!

問い合わせ/大田原年金事務所 ☎(22)6311
矢板市市民課 ☎(43)1117
FAX(43)5962

「ねんきんネット」で自分の未来設計を始めませんか？これまでの年金記録や、これからの年金見込額をいつでもどこでも簡単に確認できます！

- ☑24時間いつでも、最新の年金記録を確認できます！
- ☑ご自身で簡単に年金見込額を試算できます！
- ☑スマートフォンでもご利用いただけます！
- ☑利用登録は無料です！

【便利な使い方】

- ・日本年金機構に提出する一部の届書をパソコンで作成・印刷
 - ・「ねんきん定期便」や「年金振込通知書」など、各種通知を確認・ダウンロード
 - ・年金見込額をかんたん試算
- ※詳しくは、「ねんきんネット」で検索！
または、年金定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル ☎0570(058)555までお問い合わせください。

今もあります
報時付 掛時計

3時には
ポーン
ポーン
ポーン

新生活を応援します

光発電・電波時計
10気圧防水

あれば便利
ネクタイピン

きちんと感を印象付ける
ブチネックレス

腕時計電池交換800円～

ご購入いただければ
本当のお付き合い
いつでも相談できる
地元のお店をお選びください

認定補聴器技能者

10年 38532
20-3418

菊地 理

講習会に参加し、勉強しています。

やいた補聴器
ジュエリきくち

ダイユー矢板店前 木曜定休

営業時間 10:00～19:00

☎43-1347

現金買取
いたします

不要な
プラチナ
金

お持ちください。