

塩谷郡
市医師会
リレーコラム

知って得する



まめ
目眼(豆)知識

◆ご意見、ご質問、取り上げてほしい病気などありましたら、〒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までお便りをお寄せください。
◆問い合わせ／塩谷郡市医師会 ☎028(682)3518

第2回 「白内障のはなし」

高橋 雄二
たかはし眼科院長(高根沢町)

白内障は、目の水晶体が白く濁ってくる病気を総称したものをいいます。原因には、けがや生まれつきという場合もありますが、残念ながら年齢を重ねればほとんどの人が白内障になってしまいます。もちろん中には白内障があってもそれを意識せずに天寿を全うされる方もおられます。見え方に不自由がなければそれはそれでよいのですが、ぼやけたり、まぶしかったり、合うメガネがないといった症状がでたら眼科にいらしてください。

医師の説明を聞いて、目薬がいいのか、手術をしたほうがいいのか治療方針を決めます。一般的には生活に不自由をお感じになった時が手術の時期ですが、ご自分の判断で手術を受けたいと来院される方の中にはまだ手術する必要のない方も結構おられます。もちろん手術できなくはないのですが、白内障手術だけが視力を改善する方法ではありませんし、他の病気で見えにくいこともありますので、その場合は手術はあきらめて目薬を点すなど眼科医の指示に従ったほうがよいでしょう。

逆に眼科医が手術したほうがよいと判断した場合は、かなり白内障の症状が進んでいます。その場合は、手術後の見え方の回復が期待できることが多く白内障手術を受けたほうがよいと思います。

また、白内障のためにほとんど見えないまま長く放置すると、水晶体が溶けだして失明することもあるので、定期的に眼科を受診して手術を受ける時期を逃さないようにすることが肝心です。手術に使う人工レンズは年々改良されています。たとえば、眼にとって有害な光を除去したり、乱視などのゆがみを取る、あるいは遠近両用などの付加価値のついた人工レンズがそです。しかし、これらの付加価値のついた新しいレンズが、必ずしも全ての方にとって良いレンズとは限りません。どんなものにも利点と欠点があります。医師と相談してご希望に添ったレンズを選ぶ必要があります。手術をお受けになると決まったら、お若いときの視力を取り戻すつもりで手術にのぞんでください。

麻しん風しんについて

春は、流行する季節です！

◆症状と治療法

麻しんは、感染力が非常に強く、患者さんと直接接触してなくても同じ部屋にいただけで感染(空気感染)を起こします。感染後約10日で発症し、初期症状は風邪に似ています。

発症した後、まれに肺炎や脳炎などを併発し、命にかかわることもあります。また、大人ほど重症化しやすいので、『たかが麻しん』と侮っては危険です。※麻しんは、例年4月～6月頃が流行のピークとなり、発症した後の特別な治療法はありません。

◆予防接種で対策を

麻しんの予防対策として、予防接種が有効です。麻しんの免疫を持っていない方は、周りに感染者がいると、ほぼ必ず感染します。麻しん感染防止のため、必ず決められた年(月)齢で予防接種を受けましょう。

◆予防接種について

MRワクチン(麻しん風しん混合ワクチン) 予防接種は、次の方が対象となります。

第2期、第3期および第4期の対象となる方は、5、6月中に接種しましょう。

なお、接種料金は、市で負担しますので無料です。

種類	対象者
第1期	生後12か月から生後24か月未満の1歳児(医療機関での個別接種になります。)
第2期	小学校就学前の5歳以上7歳未満の幼児(医療機関での個別接種になります。)
第3期	中学1年生に相当する年齢の方(市内の中学校に通う生徒は、学校内で集団接種します。また、市外の中学校に通う生徒は、医療機関での個別接種になります。)
第4期	高校3年生に相当する年齢の方(医療機関での個別接種になります。)

※塩谷地区内の医療機関(保健事業のおしらせに掲載)で接種できます。あらかじめ電話などで確認してから受診してください。

※塩谷地区外で接種する方は、料金は償還払いとなりますので、医療機関の窓口でお支払い後、領収書・予診票を添え、印鑑と振込口座のわかるものをお持ちのうえ申請してください。

申請・問い合わせ／子ども課 ☎(44)3600

ねんきん

20歳になったら国民年金

国民年金は、すべての公的年金の基礎となるものです。日本国内にお住いの20歳から60歳までの方は、公的年金に加入することが法律で義務付けられています。やがて訪れる長い老後や、生活の安定を損なうような“万が一”の事態に備え、保険料を出し合い、お互いを支えあう制度です。20歳になったら、忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう。



国民年金の加入手続きは、どこで行えばいいの？



国民年金の加入手続きは、市民課窓口で直接手続きください。窓口でお越しいただくことが出来ない場合は、郵送での手続きも可能です。

毎月の保険料はいくら？



国民年金の保険料(定額)は、月額14,980円(平成24年度)です。保険料をまとめて前払いすることにより割引される前納制度や、便利な口座振替制度などもあります。

お支払い方法 現金で納付される場合は、日本年金機構からお送りする納付書を使用して、銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアでお支払いください。

毎月14,980円も払えない…どうすればいいの？



保険料が未納のままだと、老後の年金だけでなく、若いときにも支給される障害基礎年金などが受けられない場合があります。次のような制度もありますので納付に困ったら早めにご相談ください。

	学生納付特例制度	保険料免除制度 若年者(30歳未満)納付猶予制度
対象	学生の方	学生以外の方
免除期間	4月～翌年の3月まで	7月～翌年の6月まで
申請	原則として毎年申請が必要です。年金手帳、認印、運転免許証など身分がわかるものをお持ちください。	
必要なもの	学生証または在学証明書の写し(学生証に有効期限が明記されている場合はその面の写しも必要)	申請年度または前年度に退職(失業)した場合は、雇用保険受給資格者証などの写しが必要になります。詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎(22)6313
矢板市市民課 ☎(43)1117



歯科医師会の協力で、虫歯予防となるフッ素塗布と歯の健康相談を行います。

日時／6月3日(日) 9:00～11:00

場所／市保健福祉センター

対象児／年中・年長児相当

※市内幼稚園・保育所(園)に入園しているお子さんについては、後日、園を通してご案内します。

未就園児のお子さんは、直接子ども課にご連絡ください。

問い合わせ／子ども課 ☎(44)3600