



警察かわら版

お問い合わせは
 今市警察署 ☎(23)01110
 日光警察署 ☎(53)01110

年末交通安全 県民総ぐるみ運動

県内の交通事故は、前年比で発生件数や死者数、負傷者数は減少傾向にあります。依然として死者数の半数以上を高年齢者が占めています。また例年、年末は交通事故が増加する傾向にあり、飲酒する機会も増え、重大事故の発生が懸念されます。これらのことから、12月11日(火)～31日(月)に、「年末の交通安全県民総ぐるみ運動」を行います。

◆運動の目的
 県民一人一人に交通安全思想の普及・啓発を図り、交通ルールの順守と正しい交通マナーの実践を習慣付けることで、交通事故防止の徹底を図ることを目的とします。

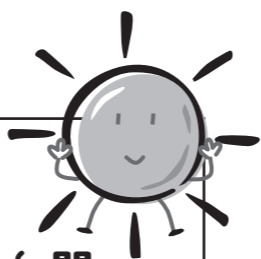
◆交通安全スローガン
 マナーアップ あなたが主役です。

①スピードダウン運動の推進

スピードの出し過ぎは、危険の発見が遅れる、車の制御が困難になる、衝突時の衝撃が大きくなるなど重大事故の原因になります。

②3S運動の推進
 ○SEE(見る)：子どもや高齢者をいち早く発見し、動きをよく見る。
 ○SLOW(減速する)：子どもや高齢者を見たら減速する。
 ○STOP(停止する)：危険を感じたらすぐに停止する。

③飲酒運転の根絶
 ○各機関・団体は、飲酒運転の危険性や悪質性の理解、運転者教育の推進と飲酒運転根絶気運の醸成を図りましょう。
 ○企業・飲食店は、アルコールチェックなどを活用し、飲酒運転を根絶しましょう。また、ポスターなどを活用して飲酒運転根絶の啓発活動を推進しましょう。特に飲食店は、運転者への酒類提供の禁止を徹底しましょう。



関節リウマチ①

症状と経過

関節リウマチは体のあちこちの関節に炎症が起こり、腫れて痛む病気です。進行すると関節の変形やこわばりが起こり、関節を動かせる範囲が狭くなります。最初は一つあるいは少数の関節から始まり、長い間には体の左右対称の関節に起こります。頸椎や腰椎などの背骨が侵されることもあります。原因は、まだ完全には分かっている訳ではありませんが、遺伝による体質にウイルスや細菌の感染が影響し、免疫に異常が起きて発症すると考えられています。しかし、家族に関節リウマチ患者がいるからといって必ずしも発症する訳ではありません。

現在の日本には60～70万人の関節リウマチ患者がいますが、女性患者は男性患者の3～4倍です。どの年齢でも発症しますが、30～50歳の働き盛りの人の発症が多く見られます。

関節リウマチの初期には関節の痛みや腫れが起こりますが、これ

元気予報

今市医師団幹事 石塚早男
 石塚クリニック

らの症状は他の病気でも見られるため、発病したばかりの時期に診断するのは難しい病気です。

医師が診断に使う基準は次のようなものです。

- ①朝のこわばりが1時間以上続く
- ②関節の腫れが、3力以上ある
- ③手の指の第2または第3関節、あるいは手首の関節が腫れる
- ④左右対称の関節の腫れ
- ⑤肘や膝などの皮下結節
- ⑥血液検査でリウマチ反応が陽性
- ⑦X線検査で手の関節の異常

以上の7項目のうち4項目以上当てはまれば関節リウマチと診断されます。この基準は間違いや見逃しが少ないのが長所ですが、診断が確定するまで数カ月以上掛かることもあります。

関節リウマチには、幾つかのパターンがあります。最初は前述の症状が出ますが、約30%の患者は1～2年で完全に治ってしまつた状態になります。逆に約5～10%は症状が始めてから短期間で急激に関節の痛みや変形が進みます。それ以外の約60%は症状が悪くなったり良くなったりを繰り返し、徐々に関節の変形が進みます。

遊びのあそびよう



※特に記載のないものは申込みの必要はありません。
 地域子育て支援センターの催し

- ◎家族みんなで楽しもう！
 ～えいごであそぼう～
 と き 12月7日(金) 午前10時45分～11時15分
 ◎家族みんなで楽しもう！
 ～クリスマス会 サンタクロース～
 と き 12月16日(日) 午前10時15分～11時30分
 定員 家族100組(先着順)
 申込期限 12月14日(金)
 ◎子育て健康相談by保健師
 ～確かめて ホット安心 健やか子育て～
 と き 12月18日(火) 午前10時15分～11時45分
 ところ・申込先・くわしくは
 地域子育て支援センター ☎(22)2299

日光親子ふれあいひろばの催し

- ◎えいごであそぼう(4回目)
 と き 12月13日(木) 午前10時30分～11時
 ◎季節の行事を楽しもう「クリスマス」
 ～簡単工作・歌やおはなしなど～
 と き 12月17日(日) 午前10時30分～11時30分
 申込期限 12月11日(火)
 ところ・申込先・くわしくは
 日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)
 ☎(54)3001

鬼怒川親子ふれあいひろばの催し

ママのミニ学習会
 ◎えいごであそぼう

- と き 12月3日(月) 午前10時45分～11時15分
 ◎絵本とあそぼう
 と き 12月10日(月) 午前10時30分～11時30分
 講師 高橋貴美子氏
 ◎オピニオンリーダーによるひだまりサロン
 ～クリスマスグッズをつくらう～
 と き 12月19日(水) 午前10時～正午
 費用 200円

- ◎クリスマス料理
 ～ピザを作りましょう～
 と き 12月20日(木) 午前10時～午後1時
 費用 500円
 持ち物 エプロン
 申込期限 12月12日(水)
 ところ・くわしくは
 鬼怒川親子ふれあいひろば(藤原保健センター内)
 ☎(76)0881

子育てひろば

親子の自由あそびや、情報交換の場として開設しています。また、園児との交流や子育ての相談にも応じます。申し込みは不要です。
 と き 12月11日(火)、25日(火)
 午前10時～11時30分

- 開催場所 落合児童館 ☎(27)0058
 豊岡児童館 ☎(21)7488
 塩野児童館 ☎(26)8937

