



## COPD(慢性閉塞性疾患)

患者数が多く、死亡数も多い割にあまり知られていない疾患として、COPD(慢性閉塞性肺疾患)があります。

WHO(世界保健機構)の統計では死亡原因の第4位に挙げられています。患者数は年々増加傾向で推移しており、いずれは3位になるとも言われています。日本では40歳以上の約8%、500万人人くらいの患者がいると推測されています。

この疾患は、呼吸器系の慢性的な炎症によって肺への空気の流れが悪くなった状態のことです。初期の症状は、階段を昇る時に息切れがする程度で加齢による体力の低下と混同されるため、医療機関を受診しないことも多く、このことが早期からの治療を困難としています。

先に説明したとおり、500万人に及ぶと推定されている患者のうち、適切な治療を受けている人は約5%にとどまるとも言われています。症状が進行すると、咳や

痰を自覚するようになり、さらに進行して肺組織の障害が進むと、安静時にも息切れや呼吸困難が生じて、最終的には死に至る場合があります。

治療は、第一には禁煙です。この疾患の患者の90%近くが喫煙者です。たばこの煙による呼吸器系の障害がCOPDの原因となっており、禁煙は必須です。

その他の治療は、対症的に去痰剤や気管支拡張剤の投与、呼吸困難のある方には酸素吸入を行います。最近では吸入ステロイドによる抗炎症治療が推奨されており、この治療により予後は改善傾向にあります。

また、感染症の予防も非常に大切です。特に肺炎とインフルエンザには注意が必要です。感染予防には、ワクチン接種、特に肺炎球菌ワクチンが効果があります。このワクチンは、すでに10月から定期接種が始まっていますので、該当する方は忘れずに接種しましょう。

## 俳句

選者 伊藤清

鱗雲空の青さを独り占め  
渡辺ミチ子  
四阿に憩いて眺む秋海棠  
福田美代子  
台風のニュース逸れたと知れば切る  
白土武夫  
遥かなる浮雲追うて秋思かな  
星野シズ  
牧の径吹かれ上手な烏瓜  
湯沢くに  
開花待つ蕾色づく菊の鉢  
植田義雄

## 川柳

選者 山本都留米

秋深し人さし指に赤とんぼ  
青木林吉  
日記帳三日坊主で雑記帳  
石川みかん  
遠い道振り向き見れば茜色  
岩崎松風  
国技でもモンゴル選手株とられ  
植田義雄  
宝くじ年末までの夢見料  
倉沢美江子  
健康の薬さがしてリハビリ  
酒井喜磨

## 短歌

選者 阿久津伸一

白々とそばの花咲く月夜道歩めば初  
秋の風通り過ぐ  
狐塚昭子  
言の葉をやさしく使い微笑みて秋に  
入りゆく女麗しき  
関根眞佐子  
百日柿今年は小枝にたわわり熟す  
頃あい孫と見上ぐる  
福田きくい  
曼珠沙華亡夫と歩みし畦道を眞つ赤  
に染めてわれを迎える  
北崎君  
病むわれに再び脳出血の悲しかり短  
歌と看護師に励まされ  
大森トミ子  
残月の雲間がくれの山裾に冷えし朝  
をわれジョギングす  
植田義雄

### 作品を募集しています

川柳・俳句・短歌を募集しています。氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メールでご応募ください(二重投稿は不可)。  
なお、作品中の漢字には、ふりがなを明記してください。  
応募先及びくわしくは  
秘書広報課 広報広聴係  
☎(21)5135・FAX(21)5109

みんな集まれ!

# 子育ての催し

※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5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  
とき: 12月14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12日(金)

◎親子de遊育  
とき: 12月23日(火・祝)午前10時30分~11時30分

※年末年始休館のお知らせ 12月29日(月)~平成27年1月3日(土)休館

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!  
とき: 12月8日(月)午前10時45分~11時15分

◎「ひろばのクリスマス会」うたとリズムであそんじょう  
とき: 12月22日(月)午前10時30分~11時45分  
講師: 川出朋子氏

※簡単工作、リトミック、パネルシアターなど

※年末年始休館のお知らせ 12月27日(土)~平成27年1月4日(日)休館

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

◎ひだまりサロン「クリスマスグッズ作り」  
とき: 12月5日(金)午前10時~正午  
参加費: 200円

※年末年始休館のお知らせ 12月27日(土)~平成27年1月4日(日)休館

ところ・申込先・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

## 足尾親子ふれあいひろばの案内

とき: 12月15日(月)午前10時~正午  
ところ: 足尾認定こども園

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

