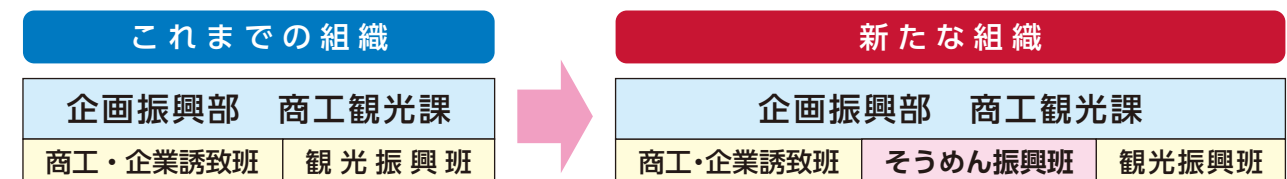


## 「そうめん振興班」を新設！～市役所の組織が一部変わりました～

図 行革推進室 ☎73-6624

市の主要産業の一つである、そうめん産業の振興を専門的に推進する組織として、企画振興部商工観光課内に「そうめん振興班」を新設しました。



### 健康コラム Health Column

## 慢性腎臓病(Chronic Kidney Disease:CKD)とは？

●今回の講師…一般社団法人 南高医師会 前川 明洋先生(医療法人栄和会 泉川病院 腎臓内科 医師)  
※平成30年9月末日で転勤されました。

CKDとは、増加する透析患者数を抑制する目的で、2002年に国際的に定義された疾患です。

#### ●CKDの定義

以下の①、②のいずれか、または両方が3カ月以上持続することをいいます。

- ①尿検査、画像検査、血液検査、病理などで腎障害の存在が明らか(特に蛋白尿の存在が重要)。
- ②GFR(糸球体ろ過量)が60mL/分/1.73m<sup>2</sup>未満である(簡易的には腎機能が100点満点中で60点未満という意味でよいと思います)。

GFR(糸球体ろ過量):腎機能を診る検査 (単位:mL/分/1.73m<sup>2</sup>)

|     |            |          |          |      |       |
|-----|------------|----------|----------|------|-------|
| 100 | 90         | 60       | 45       | 30   | 15    |
| 正常値 | 正常値または軽度低下 | 軽度～中等度低下 | 中等度～高度低下 | 高度低下 | 末期腎不全 |



●例えば以下のような場合はすべてCKDとなります。

- ①学校健診で蛋白尿を指摘され、3カ月後の検査でも再度尿蛋白陽性であった。
- ②職場健診の血液検査でGFR37mL/分/1.73m<sup>2</sup>であった。3カ月後の再検査ではGFR33mL/分/1.73m<sup>2</sup>であった。

③がん検診で腹部エコーをしたところ、本来2つあるはずの腎臓が生まれつき1つしかないことが分かった。

このような場合でも、自覚症状はほとんどないため、検査をしてみないとCKDかどうかを見つけることは難しいです。また、現在は腎機能が正常でも、定期的に腎機能を診ていく必要があります。

腎臓関連の検査に以下のようなものがあります。

- 血液検査:クレアチニン(Cr)、eGFR、尿素窒素(BUN)の測定
- 尿検査:蛋白尿、血尿の測定
- 画像検査:超音波やCTで腎臓の形などの評価

なかでも簡単に検査ができる尿検査は、腎臓の予後(将来透析になるかどうか)の予測ができるほか、生命予後(将来の寿命)とも関わってくることが分かってきており、以前より尿検査が重要視されるようになりました。

また、これらの検査で異常がある場合でも、さらに詳しい検査を行うと、治療可能な腎臓病であることもあるため、必要に応じて腎臓内科での受診をお勧めします。

ただし、かかりつけの病院がある場合、まずは主治医へ相談をしてください。現在の自分の腎臓の状態を知るために、年に1度は健診を受けましょう。

## 中学校の「特別の教科 道徳」の教科書が決まりました

図 学校教育課 ☎73-6702

平成31年度から、南島原市内の中学校で使用する「特別の教科 道徳」の教科書が決定しました。  
教科書の閲覧を希望される場合は、南島原市教育委員会学校教育課までご連絡ください。

| 種 目 | 特別の教科 道徳                         |
|-----|----------------------------------|
| 発行社 | 日本文教出版                           |
| 書 名 | 中学道徳 あすを生きる<br>中学道徳 あすを生きる 道徳ノート |

## 平成31年南島原市成人式 対象者には往復ハガキを郵送します

図 生涯学習課 ☎73-6703

市では、未来を担う新成人の前途を祝い、励ますことを目的に、「平成31年南島原市成人式」を開催します。

新成人対象者には10月上旬ごろ、往復ハガキを郵送しますので、返信用ハガキに必要事項を記入の上、締切日までに必着するよう投函ください。なお、往復ハガキが届かなかった人は、ご連絡をお願いします。新成人となられる皆さん、ぜひご参加ください。



☎平成31年1月4日(金) 午前11時～  
☎ありえコレジヨホール

☎平成10年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、市内居住者または過去居住者  
☎11月2日(金)



参加者募集



ヨロン走ろん!!

姉妹町である鹿児島県与論町との交流事業の一環で「第28回ヨロンマラソン大会」に選手団を派遣します。与論島の青い海と青い空、ひまわりのような島民のやさしい笑顔が感動のゴールへと導きます。ぜひご参加ください。

## 絶景すぎる楽園の島 3月10日(日)開催 姉妹町 与論島を駆け抜けてみませんか? 第28回 ヨロンマラソン大会

- 派遣期間…平成31年3月9日(土)～11日(月) 2泊3日(島内視察あり)
  - マラソン開催日…3月10日(日)
  - 募集人員…6人(応募者多数の場合は抽選)
  - 種 目…①フルマラソン ②ハーフマラソン
  - 負担金…4万3千円程度
- ※実際の旅費は、8万6千円程度(マラソン大会参加料6千円含む)ですが、大会終了後、南島原市まちづくり人材育成事業補助金(姉妹都市交流事業)として半額程度が助成されます。
- 応募資格者
    - ・市民または市内勤務の人
    - ・交流会、島内視察など全行程同行できる人
    - ・過去3年以内に南島原市まちづくり人材育成事業補助金による補助金を受けたことがない人
  - 申込期限…10月31日(水)までに電話で申し込んでください。
- 図 企画振興課 ☎73-6631