




健康コラム Health Column

認知症を予防しよう ～生活習慣病の予防を～

●講師…一般社団法人 南高医師会 福田 英二先生 (医療法人英仁会 愛野ありあけ病院 院長)

生活習慣病を治療しないで、そのまま放置しておくと、認知症の進行が促進されることを先月号でお伝えしました。今回は**高血圧と認知症**の関係についてお話しします。



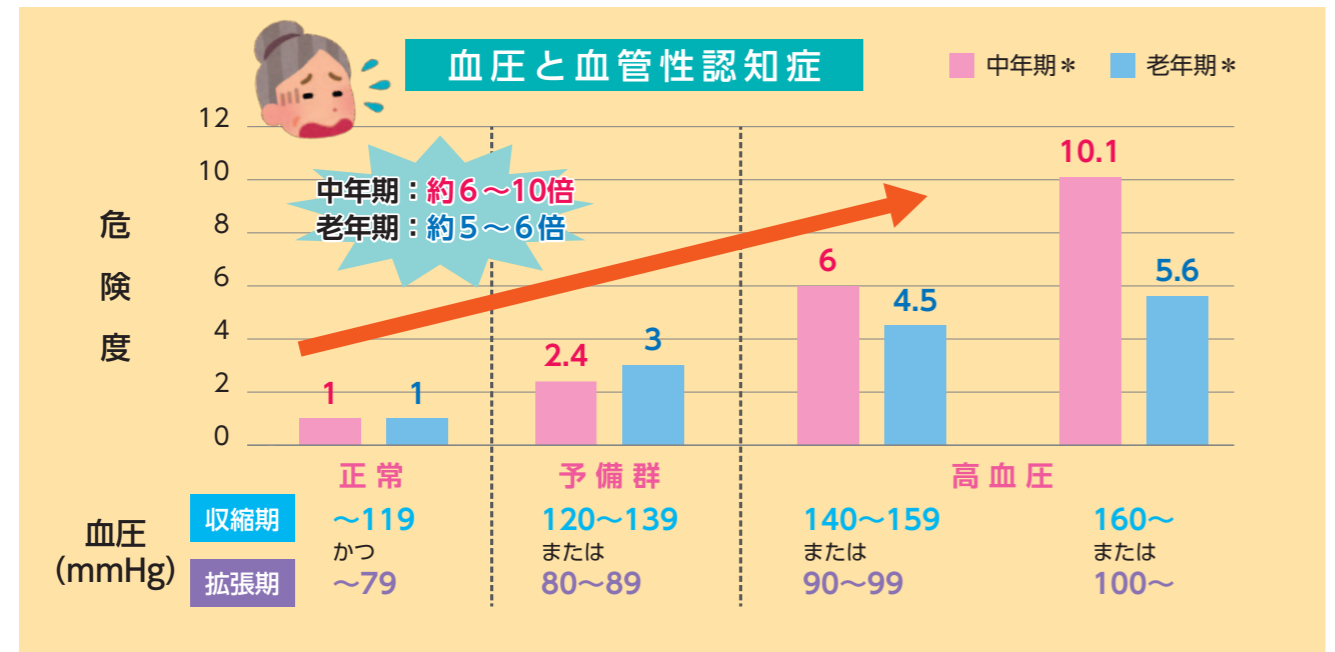
●高血圧で影響を受ける脳

脳は人間が生きていく上で、さまざまな器官や臓器を動かす司令塔です。常に酸素とエネルギーを必要としているため、脳の内部にはたくさんの血管が張り巡らされています。

高血圧が長期間にわたって持続すると、脳梗塞や脳出血、認知症のリスクが高まります。脳梗塞や脳出血は、片麻痺や感覚障害、言語障害、認知機能障害など、さまざまな症状を引き起こし、その後の生活に大きな影響を及ぼします。

●高血圧は血管性認知症の危険因子です

福岡県の久山町で長年行われている研究があります。高齢者では、血圧が高い人と血圧が正常な人を比べると、血管性認知症になるリスクが約5倍高くなります。また、働き盛りの頃から血圧が高いと、より長期に脳の血管がダメージを受けるため、更に血管性認知症になるリスクが6倍から10倍高くなります。



*:この研究(福岡県久山町)で示す中年期は50~64歳、老年期は65~74歳です。(福岡県久山町研究データ:Ninomiya T, et al: Hypertension 2011;58:22-28掲載図を参考に作成)

※血管変化はゆっくりと進行します。
 年に1回健診を受けて経年的に自分の身体をチェックしましょう!
 ~来月は糖尿病と認知症の関係についてご説明します~

長崎県地方史研究会 南島原大会

園ありえコレジヨホール ☎73-6736

と10月24日(日) 午前10時~午後0時30分

📍西有家総合学習センターカムス

📍県下13の地方史研究会からなる長崎県地方史研究会の総会および研究発表会が南島原市で開催されます。日ごろの郷土史研究の成果発表も行われますので、この機会にぜひご参加ください。

研究発表 I

- 演題…発見した供養碑と墓碑から学ぶべきこと
 「日本は古代から感染症ウイルスに苦しんできた。二百年前の江戸時代には、天草で爆発的な流行があり、社会を混乱させた。その時にとられた対策の一つに他国養生があった。これに関わる供養碑と墓碑が南島原市に存在する。これらが伝える教訓は、猛威を振るっている新型コロナウイルスの教訓に相通じるものがある。」
- 発表者
 有家史談会 コレジヨ市民文化講座 座長 山下 貞文 氏

料無料

定25人(先着順)

※コレジヨ市民文化講座年間受講生の皆さんも申し込みが必要です。

📅10月13日(水)

📞電話または窓口で申し込んでください。

研究発表 II

- 演題…有馬義貞の湯治場は有家の山峡にあった
 「フロイスは、日本史に『そこ(有家)は有馬から一里離れた大きい集落で、そこに殿は保養のための湯治場と庭園を有した』と記している。先学達は、温泉の湧出していた場所は何処かなど模索を続けてきたが、欠落していたのは「庭園」という視点であった。「湯治場」という縦軸と「庭園」という横軸が交錯する地点こそ探し求めていた義貞の湯治場であった。」
- 発表者
 有家史談会 会長 生駒 輝彦 氏

市有地を売払います(公募抽選)

園管財契約課(西有家庁舎) ☎73-6626

- 抽選参加申し込み
 抽選参加申込書のほか、必要書類を持参して提出してください。参加資格、必要書類は市ホームページまたは管財契約課に備えている募集要領でご確認ください。
 ※郵送やインターネットでの受付はできません。



●受付期間…10月1日(金)~11月1日(月)

●受付場所…管財契約課

●抽選の日時・場所
 📅11月5日(金) 午前9時30分
 📍市役所西有家庁舎 3階会議室

※物件の引渡しは現状のまま行うため、事前に現地を十分確認してください。なお、希望者には現地説明を行います。

所在地	加津佐町丙字沼田84番
地目	宅地見込
面積	2,050.19㎡
売却価格	21,800,000円
備考	加津佐幼稚園跡地

※詳細はお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。