

カラダのこと  
おしえて!

## 日本人の3人に1人がなっている 治せるなら、早く治したいイボ痔

### 多くの人が昔から悩まされていた病気のひとつ

お尻の周辺の病気を総称して、「痔」と呼びます。痔は二足歩行する人類の宿命的な病気です。

紀元前 2500 年頃のエジプト宮廷には肛門医が存在したと記録されており、この頃には痔に悩む人がいたことがわかっています。

今の日本では3人に1人が痔に悩んでいると言われ、症状の出ない人を含めると、成人の半数は痔であると考えられています。

### 痔核（イボ痔）はどうしてできるのか

肛門周辺の粘膜の下には、血管が集まって肛門を閉じる動きをするクッションのような部分があります。肛門への負担が重くなると、クッションを支える組織（支持組織）が引き伸ばされ、クッション部分が大きくなり、出血したり、肛門の外に出たりするようになります。これが痔核（イボ痔）です。

### 痛みの少ない治療法で治せるように

従来、痔核の治療は完治の為に手術療法を選択することが多かったのですが、術後の痛みが問題でした。そこで、ほぼ無痛の痔核治療法として、2005（平

成 17）年に痔核への四段階注射法が日本で認可されました。注射療法による治療のため、痔核を切らずに治療します。

痔核を切り取る手術と違って痔核の痛みを感じない部分に注射するため、「傷口から出血する」「傷口が痛む」といった患者さんの身体的・精神的な負担がほぼなくなりました。当院では、今年から日帰りでの治療が可能となり、日常生活へ早く復帰することができます。

### お尻から血が出ても痔ではないことも

昨年、イボ痔の治療のため受診した人の中で6人が大腸癌であることがわかり、治療が必要となりました。そこで当院では、イボ痔と大腸の両方を診察することが必要と考え、大腸肛門病外来を開いています。肛門のことや、便に血が混じることで悩みのある人は大腸肛門病センター（月・火・木・金曜日）へお気軽にご相談ください。

大腸肛門病センター 三木誓雄・森本雄貴



【問い合わせ】 上野総合市民病院 ☎ 24-1111

◆ 日頃からかかりつけ医をもち、体調管理に努めましょう

## 応急診療所だより

【問い合わせ】 医療福祉政策課  
☎ 22-9705 FAX 22-9673

市では、休日や夜間など「かかりつけ医」や医療機関が休みのときに急病となった場合にご利用いただけるよう内科・小児科の応急診療所を開設しています。

### 《伊賀市応急診療所》

【所在地】 上野桑町 1615 番地 ☎ 22-9990

【診療科目】 小児科・一般診療

【診療時間】 ○月曜～土曜日：午後 8 時～ 11 時  
○日曜日・祝日：午前 9 時～正午、午後 2 時～ 5 時、  
午後 8 時～ 11 時

※受付時間は診療終了時刻の 30 分前まで

【持参するもの】 ○健康保険証・各種医療証・受給者証

○薬を服用している人は、薬の内容がわかるもの

※当診療所の受診後は、必ずかかりつけ医院で必要な治療や薬の処方を受けてください。

※悪天候（台風・積雪など）時は、やむを得ず休診する場合がありますので、ご確認ください。

### 《季節の変わり目は心身の変化に要注意》

季節や天気の変化と健康との間には深い関係があります。一般的に人の体は季節や天気の変化に合わせて調節する機能が備わっています。この機能が不十分な場合にはさまざまな心身の変化が起こります。

年々、うつ病を発症する人が増加しています。この背景には、ストレスが多い環境が増えて、心が対応しきれなくなることがあります。人間関係・経済不安・仕事・社会不安など、ストレスの原因はたくさんありますが、それ以外に生活習慣・食習慣の乱れも関係するといわれています。

規則正しい生活とバランスのよい食事をし、休日は気分転換を図りストレスをためないように心がけましょう。また、睡眠は、からだの疲れをとり記憶を整理して脳の疲れを和らげるといわれており、ストレス解消に効果的です。

## 伊賀警察署だより



### 交通事故死をなくそう！

5月11日(月)から20日(水)までの間は春の全国交通安全運動期間です。

伊賀警察署管内では、昨年9件(前年比+6件)の交通死亡事故が発生し、伊賀市で初となる交通死亡事故多発警報が発表されました。

また、今年に入り、3月末現在で1件の交通死亡事故が発生しています。車を運転する人は飲酒運転や速度超過などの交通違反をしないことはもちろん、シートベルト、チャイルドシートの着用、一時停止や徐行などによる安全確認をしっかりと行い、歩行者などに注意して走行しましょう。

また、歩行者は夕暮れどきや夜間の外出時には明るい服装を心がけ、反射材を身につけるなどして、運転者から気付かれやすい工夫を心がけましょう。

一人ひとりが交通ルールを守り、人を思いやる気持ちを持ち、悲惨な交通事故を防止しましょう。

**【問い合わせ】** 伊賀警察署 ☎ 21-0110  
名張警察署 ☎ 62-0110

## 公共交通を利用しましょう



### 『団体利用補助』をご活用ください

市では、伊賀鉄道伊賀線の利用促進策の1つとして、市内の園児、児童、生徒が伊賀線に団体乗車券を使って乗車するときに、補助金を交付しています。

遠足や社会見学などの行事で出かける際には、ぜひ、伊賀線を利用してお出かけください。なお、住民自治協議会などの自治組織が主催する、例えば子ども会などの行事でも利用することができます。

また、JR関西本線でも利用促進のため、団体利用に対してJR関西本線電化を進める会(事務局：総合政策課)が補助金を交付しています。

どちらの制度も、団体乗車券(伊賀線15人以上、JR8人以上の利用)を使って乗車すると、購入金額の半額を補助します(JRは上限あり)。活用する場合は、乗車する15日前までに総合政策課へ補助金交付申請書を提出してください。学校や地域で遠足などの行事を計画する場合には、ぜひご活用ください。

**【問い合わせ】**  
総合政策課 ☎ 22-9663 FAX 22-9672

明日に向かって ~差別をなくしていくために~

## 心をこめた給食をお届けします —給食センター—

■このコラムは毎回いろいろなテーマで人権についてお話しています。

アレルギーと聞くと、時節柄、たくさんの方が悩まされている花粉症に代表されるアレルギー性鼻炎を思い出す人もおられると思いますが、最近、食物アレルギーの子どもが増加しています。

給食センターでは、市内の小・中学校へ配膳する学校給食を作っています。食物アレルギーの診断を医師から受けた児童・生徒の中には、お弁当を持参している子もいますが、当センターでは、アレルギーの原因となる食品(鶏卵、牛乳、小麦、甲殻類、柑橘類など)を除去した料理を作ることや代替りの献立を考えるという対応をしています。アレルギーの子が誤食しないよう、スタッフはアレルギー対応食の受け渡しの際、確認書を使い内容を確認し、食器を別容器にしたり、トレイの色を変えるなどの注意をしています。アナフィラキシーと呼ばれる急性の全身アレルギー症状を起こす危険のある子は、緊急時に備えた処方薬である

内服薬や、症状を一時的に和らげるアドレナリン自己注射薬を常に持参しています。

社会を構成する人は、生活環境や考え方をみても均一ではなく、多様性に富んでいます。その人たちを、異質な他者として特別視し、排除してしまっているケースはないでしょうか。また、「私は特別視していない」と思っている人の中にも、「でも、私には関係ない」という意識を持っている人はいないでしょうか。学校にも、食物アレルギーの子どもをはじめ、障がいのある子、外国人、同和地区出身の子など、それぞれの事情を抱えて生活している子どもがいます。それぞれの違いを、特別視したり、排除するのではなく、それぞれの個性ととらえ、同じ一人の人間として、その人の心に寄り添い、共に生きていくことが大切だと思います。私たちスタッフは、子どもたちに対して、そんな気持ちを持って、心をこめた給食をお届けたいと考えています。