

ピロリ菌の話

ピロリ菌感染と症状

ピロリ菌は胃の表面を覆う粘液の中に住みつく菌で、感染初期のうちは特徴的な自覚症状がないことがほとんどです。しかし、放っておくと胃もたれや吐気、空腹時の痛み、食後の腹痛、食欲不振などの症状が認められるようになり、慢性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍を引き起こし胃がんに進展していきことがあります。

ピロリ菌感染の有無を調べる検査

ピロリ菌を見つける検査にはいろいろありますが、大きく分けて内視鏡を使う方法と使わない方法に分けられます。内視鏡を使う方法には、採取した組織を染色して顕微鏡で観察する「鏡検法」、組織を培養してピロリ菌が増えるかどうか調べる「培養法」、採取した組織を検査試薬内に入れ、検査薬の色の変化を確認する「迅速ウレアーゼ試験」の3種類があります。

内視鏡を使わない検査方法

内視鏡検査を行わないため、身体に大きな負担がかからないというメリットがあります。内視鏡を使

わない検査方法には、血液中や尿中に存在するピロリ菌に対する抗体の有無を調べる「血液・尿中抗体検査」、便を採取して菌の抗原の有無を調べる「便中抗原検査」、副作用のほとんどない検査薬を服用し、服用前と後の呼気を集めて測定する「尿素呼気試験」があります。胃の中にピロリ菌がいる場合、ピロリ菌が持つウレアーゼという酵素により、検査薬の成分がアンモニアと二酸化炭素に分解されます。この二酸化炭素は自然界にわずしか存在しないため、「尿素呼気試験」ではこの二酸化炭素を検査することで高い精度で簡単にピロリ菌の有無を確認することができます。

医師に相談しましょう

ピロリ菌の検査を行うためには、食事・内服薬・喫煙に注意が必要となります。胃がん家系でご心配な方や、なんとなく胃の具合がいつも悪い方などは医師にご相談ください。

(上野総合市民病院臨床検査課 末永 裕美)



防災ねっと

風水害に備えよう

毎年大きな被害をもたらす台風や豪雨などの風水害は、正確な気象情報を収集し、予想される事態への対策をとることで、被害を最小限にとどめることができます。危険がせまってきた時に、すぐに対応できるような事前の備えが大切です。

◆事前の対策

- 食料・飲料水・懐中電灯・救急用品など、備蓄品や非常持ち出し品を確認しましょう。
- 家の屋根・塀・カーポートなどの点検、補修をしましょう。
- 側溝や排水溝を掃除し、水はけをよくしておきましょう。
- 市役所で配布しているハザードマップで地域の危険箇所を把握しておきましょう。

◆台風が近づいてきたら

- テレビやインターネットなどで気象情報を確認しましょう。
- 屋外にある飛散する恐れのあるものは固定するか屋

内に入れておきましょう。

- 不要不急の外出はしないようにしましょう。

◆避難をするとき

- 風や雨が強くなるまでに早めに避難することをこころがけましょう。
- けが防止のため、長袖長ズボンを着用し、ヘルメットやカッパを着用しましょう。
- 必要なものはリュックなどに入れて、持って避難しましょう。

◆停電情報アプリ

地域を登録するだけで停電情報をいち早くお知らせし、電気の困りごとをチャット機能を使いすぐに相談できるアプリ「停電情報お知らせサービス」を中部電力から無料配信しています。

右記からダウンロードしてご利用ください。



iPhone



Android

【問い合わせ】

総合危機管理課 ☎ 22-9640 FAX 24-0444

健康づくり出前講座「まちの講師編」

公民館や職場の会議室など、身近な場所で気の合う仲間と一緒に健康づくりを始めませんか。健康づくりに関する資格や知識を持ったまちの講師が、さまざまな講座を行います。子どもから高齢者まで、幅広い年代の人に



応じたテーマがあります。日時・場所・料金などはご相談ください。

講師・メニューは右の2次元コードから市ホームページをご覧ください。



【対象者】

市内在住・在勤・在学の5人以上のグループ

【問い合わせ】

健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

✉ kenkousuishin@city.iga.lg.jp

忍者線(伊賀線) だより



「ギャラリー列車」15年目突入!

「ギャラリー列車」は、伊賀線活性化協議会が伊賀鉄道忍者線(伊賀線)の魅力づくりの一つとして平成17年度から始めたものです。これまで市内の幼稚園、保育所(園)の子どもたちに参加いただき、今年で15年目を迎えます。毎年、子どもたちの元気いっぱいの絵や個性豊かな絵を忍者列車に展示しています。

今年度も6月から2月頃までの運行を予定しています。普段とは違った伊賀鉄道での過ごし方を楽しんでみてはいかがでしょうか。展示している車両や運行の時期については、伊賀鉄道のホームページでご覧いただけますので、ぜひチェックしてください。



【問い合わせ】

○交通政策課 ☎ 22-9663 FAX 22-9694

○伊賀鉄道忍者市(上野市)駅 ☎ 21-3231

伊賀鉄道ホームページ(ギャラリー列車) ▶



明日に向かって ~差別をなくしていくために~

人権について考えるコラムです。

親子関係を考える -交通政策課-

「だからアンタはあかんねん。」私は親にこう言い続けられて育ちました。

テストで良い成績を取ったときには、意気揚々と帰宅し親に結果を見せたものの反応は、「あ、そう。」でした。(えっ?結構がんばってんけど...)

また、親戚が集まった機会に、皆が私に声を掛けてくれるのですが、横から親が答えてしまいます。(私が答えたいのに...)

月日が経ち就職して、保護者と子どもを面談する仕事が何度かありました。子どものことを聞かせてもらう面談で、保護者の話も当然参考になります。ただ、子どもにも直接話を聞かせてもらいたいので、質問を振っても、全て保護者が横から答えてしまう。子どもも答えようとするのですが、保護者が答えるので口を閉じてうつむいてしまい、「本当は話したいんだろうな」と思うことがよくありました。そのような子どもの横顔は自分が子ど

もだった頃の姿と重なりました。

自分が親になって、親が世話をやきたがる気持ちもわかるようになりました。親からすると何も悪意はなく、子どものために思っている。でも、子どもからすると嫌でたまらないときもある。あらためて親子関係の難しさを感じさせられました。

私自身も、どれだけ自分の子どもの気持ちに寄り添うことができているのか思い返すと、私からすると愛情表現のつもりだったのが、子どもからするととても嫌だったようで、怒らせてしまったことが何度かありました。

子どもも家の外ではいろいろなことを経験し、しんどい思いをしていることも多々あるかと思えます。大人だけがしんどいわけではない。子どもの気持ちに思いを馳せ、心和む言葉をかけてあげたい、そう思っています。

■ご意見などは人権政策課 ☎ 22-9683 FAX 22-9684 ✉ jinken-danjo@city.iga.lg.jp へ