



市立病院で各種取り組み 考えてみよう 糖尿病のこと

厚生労働省の国民健康・栄養調査によると、2016年時点で糖尿病の疑いがある人は全国で約1000万人。4年前の調査から50万人も増加しています。今回は、青野町の市立病院（鴻巣寛院長）で行っている、「糖尿病予防・改善の取り組みを紹介します。」

合併症検査が1日で完了

市立病院は平成28年11月、糖尿病による合併症の検査・診察を1日のうちに受けられる「糖尿病合併症外来」を開設しました。腎臓・目・神経・血管などの合併症検査と日本糖尿病学会に認定を受けた「糖尿病専門医」による診察を行います。糖尿病専門医は府北部にわずか7人で、うち1人が市立病院で常勤しています。さらに同病院には、糖尿病看護について高い知識と技術を持つ「糖尿病看護認定看護師」が2人勤務。府北部の糖尿病患者を診る役割を担うべく、医師と看護師、かかりつけ医等が連携して診察しています。

各種教室にご参加を

同病院では、医師や看護師だけでなく、管理栄養士や薬剤師、検査技師が連携し、糖尿病と付き合う方法を学ぶ教室等を開催しています。毎月の糖尿病教室では、テーマに合わせて各専門分野のスタッフが講義。糖尿病食を食べる学ぶ試食会も行っています。11月18日には、糖尿病に関する講演や講座、血糖値等の測定などを行う市民公開講座を開催（詳細は本紙お知らせ版参照）。多数ご来場ください。

教えて先生!

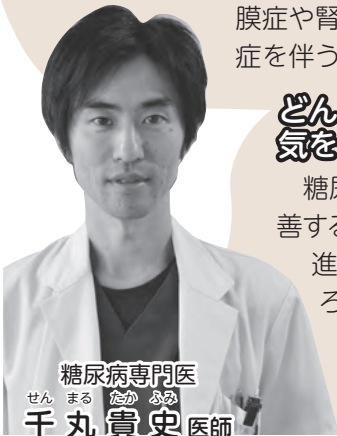


糖尿病ってどんな病気?

血液中の糖の量を調整するインスリンの作用不足により、血糖値が高くなっている状態が続く病気です。自覚症状がないまま重症化する例もあり、網膜症や腎症、神経障害などの合併症を伴うことがあります。

どんなことに気を付ければいいのか?

糖尿病治療の目的は血糖値を改善するだけでなく、合併症の発症・進行を阻止することです。日ごろからバランスの良い食事と適度な運動を心掛けるとともに、合併症の早期発見に努めましょう。



糖尿病専門医
せん まる たか 史
千丸 貴史 医師

糖尿病は足に神経障害が起こりやすいため、足のケアが大切。フットケアや療養生活の相談を行い、患者さん自身が糖尿病と上手く付き合えるよう支援しています。また、糖尿病に関する出前講座も実施。地域に向き、病気の予防や対策等について講義します。



糖尿病看護認定看護師
村上美智子さん 木下 淳さん

新任医師紹介

市立病院に10月1日から、新たに医師が赴任しました。

泌尿器科
たに ぐち ひで 史
谷口 英史 医師

泌尿器疾患はもちろんのこと、透析療法にも親身に対応します。地域医療の一端を担えるよう頑張りますので、よろしくをお願いします。



管理栄養士
宮崎 順子さん

糖尿病試食会では、食事の前後に血糖値を測定。自分の体の状態が分かります。教室の講義テーマや試食内容は毎回変わるので、いつからでも、何度でも参加できます。糖尿病患者さんをはじめ、そのご家族や関心がある人など、どなたでも気軽にご参加ください。



ビンゴゲームは今年も景品を多数用意

あやべ産業まつりは午前10時から午後3時まで、青野町のあやべグンゼスクエアで開催。毎年好評のビンゴゲーム大会やあやべB級グルメフェアのほか▽農産物や農産加工品等の販売▽リサイクル・リ

各種催し多彩に

11月5日(日)

おどろおどろ!

あやべ産業まつり

秋の恒例イベント、あやべ産業まつり(同まつり実行委員会主催)が11月5日に開催されます。多数ご来場ください。



ユースマーケット▽商工業者の製品販売と展示▽綾部工業団地立地企業のPR・ゲーム▽一般参加者のパフォーマンスーなど、楽しい催しがいっぱいです。

無料のあやバスご利用を

駐車場は、由良川花庭園(青野町)と府総合庁舎(川糸町)などに計370台分を確保。駐車場と会場を結ぶ無料の定期シャトルバスを、午前9時40分から午後4時まで、約15分間隔で運行します。周辺商業施設には駐車しないようお願いいたします。

また、当日はあやバスが全路線で無料になります。駐車場や市街地の道路は混雑が予想されますので、会場へのお出掛けにご利用ください。

同日開催!

あやべ食育・おこやかフェスティバル

《時間》午前10時～午後3時
《場所》保健福祉センター(青野町)

- 食育・健康講演会
- 骨密度・血管年齢などの測定
- 各種相談コーナー ●模擬店など

結核・肺がん検診が受けられます!
(無料、申し込み不要)



地元の丹州材に触れられる木工教室も

善聞 語録

92



パレートの法則

「パレートの法則」とは、イタリアの経済学者パレートが示した理論で、数値の大部分は全体を構成するうちの一部の要素から生み出されるという原理。例えばビジネスにおいて売上の8割は全顧客の上位2割が生み出していることから、売上を伸ばすには全顧客を対象としたサービスを絞って、最も真の客に絞って策を打つ方が効果的であると言う。更には売上の8割は全商品銘柄のうち2割で、しかも全従業員の2割によって生み出されているとか、仕事の成果の8割は費やした時間の2割で達成

されているとか…。転じて、故障の8割も2割の部品から発生しているとか、所得税の8割は納税者の2割が担っているとか…この法則が引用される範囲は広い。要は社会現象というのは決して平均的でなくバラツキや偏りが存在し、一部が全体に大きな影響を持っているという、謂わば当たり前のことを指摘した経験則とも言える。逆に言えば、「2割」の真の客、或いは売れ筋商品、しっかりと従業員がいれば組織は安泰ということであり、「コア(中心)」を持つべき重要性に気付かされる。しかしパレートは続けて「その2割を間引けば8割の中からまた新たな2割が生まれてくる」とも言っている。社会というのは相対的。夫々が居心地の良い位置取りをしながら、微妙なバランスの上に成り立っていることを再認識させられる法則でもある。

山崎善也(綾部市長)

男女共同参画社会づくり 図画・ポスター コンクール

キャッチフレーズ賞

男女共同参画
はじめの一歩は思いやり

岩崎 楓花(何北中3年)

最優秀作品



吉田心乃美(八田中2年)



田中 健斗(西八田小3年)



井上 心(綾部小4年)

中学生の部
優秀 岩崎楓花(何北中3年)
▽竹原出萌(同) 入賞 兼房京子(綾部中2年)▽畑野詩(何北中3年)▽村澤梨々乃(八田中2年)▽岸本遥(上林中3年)▽福井麗(同)

小学校高学年の部
優秀 稲次悠(中筋小4年)
▽荒井梨利花(東八田小4年) 入賞 上原陸人(綾部小4年)▽金田紗良(同)▽長南奏希(同)▽東あかり(同)▽前岡星(中筋小4年)

小学校低学年の部
優秀 菅澤優心(綾部小1年)
▽村上綾(吉美小3年) 入賞 逆瀬川琉聖(綾部小1年)▽塚崎葉苗(同)▽柳田菜里(同)▽岡副羽空(東綾小1年)▽波多野光(同)

市は、男女共同参画への理解を深めてもらうため、小学生を対象とした図画・ポスターコンクールを今年も開催しました。応募は小学校337点(低学年168点、高学年169点)、中学校60点の計397点。最優秀以外の入賞者は次の皆さんです(敬称略)。

最優秀作品

「当たり前を考える」

神田南美(西八田小6年)

…今、私の家では学校に行けない外国の子どもたちが少しでも学校に行けるようになるためのえん助をしている。(中略) 今後も自分たちに出来る支えんを続けていきたい。(抜粋)



緒嶋 怜唯(吉美小6年)

作文の部
優秀 原田竜之介(豊里中1年)▽山下明輝人(同) 佳作 佐藤大仁(豊里小5年)▽河北梨帆(志賀小3年)▽玉木千太郎(同)▽田中茉優(西八田小6年)▽永井悠也(豊里中1年)▽山下桃果(同)▽奥谷珠凧(何北中2年)▽竹原美優(同)▽村上結(同)

ポスターの部
優秀 小林美琴(豊里中2年)
▽梅原創明(上林中2年) 佳作 長南歩希(綾部小6年)▽出口孝和(同)▽能勢智咲(西八田小5年)▽梅原詩音(上林中6年)▽藤井望来(同)▽齊藤凜(八田中3年)

第26回世界連邦推進小・中学生 ポスター・作文コンクール

地球市民の集い実行委員会(委員長 山崎善也・綾部市長)が平和と環境をテーマに毎年行っているコンクールの入賞作品がこのほど決まりました。応募はポスター369点、作文87点。表彰は10月9日に開催した地球市民の集いで行いました。入賞作品は、世界連邦運動協会(東京都)の全国コンクールに出品します。入賞者は次の皆さん(敬称略)。

地元でライブ HAPPYが表敬訪問



本市出身のバンド、HAPPYの5人が9月22日、山崎善也市長を表敬訪問しました。

「離れて初めてふるさとの温かさが分かった。良い音楽を作ることで、綾部の良さを多くの人に伝えたい」と郷土愛あふれる5人。志賀郷町で

ライブを企画した10月14日が、平和と環境の日であることから「生まれ育ったまちが、日本初の世界連邦都市宣言をしたということが誇らしい。楽しい1日にしたい」と意欲を見せました。



犯罪被害者支援の連携協定を締結

市は9月20日、京都犯罪被害者支援センター（大谷實代表理事）と「犯罪被害者等支援の連携協力に関する協定」を締結しました。犯罪被害者からの相談に対し、同センターと市が協定に基づき速やかに連携。必要な行政手続きや適切な心理ケア等を行っていきます。



あやべ
エデュケーション



市森林組合から木製ベンチ寄贈

市はこのほど、綾部市森林組合（角山宏代表理事組合長）から、市内産の木材を使用した木製ベンチ50基の寄贈を受けました。ベンチは、同組合が昭和42年の市内6組合による新設合併から50周年を迎えたことを記念して製作されたものです。市は同組合の意向に沿って、市内の小中学校や観光施設などに配置。吉美小学校では図書コーナー等で活用しています。

伝統漁法「やな漁」を学ぶ

東綾小学校（鷹栖町）の3年生児童12人が9月14日、地元の伝統漁法「やな漁」について学びました。あやべ山家観光やな漁保存会の木下泰洋会長から、やな漁の歴史やアユの生態について説明を受けた後やなを見学。アユを手づかみし、歓声をあげていました。

