

## 市民病院・ワンポイントクリニック

## ～女性の尿漏れについて～

泌尿器科というと男性が受診する診療科というイメージがまだ強いかもしれません、実際には外来患者の約2割は女性です。

女性に多い泌尿器の病気としては、膀胱炎や腎盂腎炎などの尿路感染症が主なものですが、最近では尿漏れに悩んでいる方の受診が増えてきています。

一昔前までは、出産や年のせいと諦めてしまったり、恥ずかしいという理由で受診をためらう方も少なくありませんでしたが、近頃では尿漏れを積極的に治療することで、活動的な生活を取り戻すことが大切であるという考え方方が徐々に浸透し、病気としての概念や治療法も確立されてきました。

女性の尿漏れには大きく分けて「切迫性尿失禁」と「腹圧性尿失禁」の2つの症状があります。

切迫性尿失禁は、台所での水仕事や電車やバスに乗った時などに急にトイレに行きたくなったり、我慢しきれずに漏らしてしまうような場合

をいいます。正常な方の場合には、200~300mlの尿が膀胱にたまるとトイレに行きたくなります、膀胱の働きが過剰になり、勝手に収縮して排尿をはじめてしまう「過活動膀胱」が原因の一つです。治療法としては、膀胱の収縮を抑える薬の服用が一般的です。

腹圧性尿失禁は、咳やくしゃみをしたとき、急に立ち上がったり、重いものを持ち上げたりした拍子に起こる尿漏れをいいます。女性の場合、お腹に力を入れると膀胱を支える筋肉が尿道を締める働きをして尿漏れを防いでいますが、出産や加齢、肥満などによって筋肉の働きが衰えるのが主な原因です。治療法は、筋肉を鍛えるための体操や、尿道を引き締める働きのある薬の服用が中心となります。

尿漏れにお悩みの方は、諦めたり、受診をためらったりせずに、ぜひ一度ご相談ください。積極的に治療を受け、気兼ねなく外出したり、お腹の底から笑つたりできる充実した日々を過ごしましょう。

問合せ 市民病院 24-6111 22-0887

泌尿器科 長谷川 了

## ● いきいきパスポート事業 ●

高齢者の生活応援のための「いきいきパスポート事業」を行っています。

**対象** 市内在住の65歳以上の方

※65歳を迎えた翌月に、いきいきパスポートを送付します。申請書の提出・身分証の提示により高齢介護課でも交付・再交付しています。

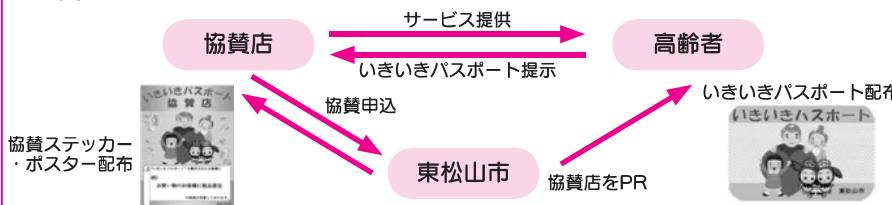
**事業の仕組み**

・協賛店でいきいきパスポートを提示すると、協賛店独自の特典サービスを受けることができます。(協賛店登録数: 3月31日現在188店舗)

※特典サービスは協賛店の厚意により65歳以上の方のみに提供されるものです。

・協賛店にはサービス内容を記載した協賛ステッカー・ポスターが掲示されています。

・協賛店の最新情報は高齢介護課、各市民活動センター、市立図書館等や市ホームページで確認できます。



**店舗・企業の皆様へ**

協賛店として協力していただける市内の店舗・企業を随時募集しています。詳しくは、高齢介護課までお問い合わせください。

問合せ 高齢介護課 21-1406 22-7731

・市役所…〒355-8601 東松山市松葉町1-1-58 ☎23-2221 国24-6123

## 「子育て支援センター」ってどんなところ?

市内には、6か所の子育て支援センターがあります。

育児やしつけのこと、遊び場や友だちのこと、健康のこと、お子さんのことなどを1人で悩んでいませんか。子育て支援センターは、そんなパパとママを応援する力強い味方です。

## とうしょう幼稚園子育てサロン

なかよし体操や季節のイベントを楽しみましょう。

所在地 石橋1761(東松幼稚園内)

電話 24-1606

開設時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時～午後2時

## 仲よし保育園子育てひろば

絵本図書館での読み聞かせや自然に恵まれた園庭での泥んこ遊びなどを行っています。

所在地 下野本1637-6

電話 22-0937

開設時間 火・木・土曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時30分～午後2時30分

## まつやま保育園子育て支援センター

毎週木曜日は、各地区の体育馆で「親子で遊ぼう会」を行っています。

所在地 加美町6-16

電話 22-1194

開設時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時～午後4時30分

## 子育て支援センターソーレ

広くて明るいセンターです。行事もたくさん行っています。

所在地 松本町1-9-19

電話 23-2231

開設時間 月～日曜日(木曜日、年末年始を除く)午前9時30分～午後4時30分  
※家庭児童相談員による相談(水曜日)

問合せ 子育て支援課 63-5005 23-2239

## 子育て支援センターマーレ

東松山駅から歩いてすぐの便利なところにあります。

所在地 箭弓町1-11-7ハイムグランデ東松山  
※駐車場はありません。

電話 27-0211

開設時間 月～土曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時30分～午後4時30分

なぜ「エコタウン」なのか?  
市長の元気創造

平成23年3月11日発生の東日本大震災から3年が経過し、被災地からは力強い復興のつち音が聞こえましたが、すなわち、地域において大きな転換期を迎えることになりました。すなわち、地域におけるエネルギーについては、再生可能エネルギーを中心とした創エネルギーの導入と徹底した省エネルギー対策を行うことが求められています。東松山市ではいち早くエネルギーによる電力自給率50%を達成し、中心市街地の賑わいとエネルギー化を促進することで、中核的モデル化を完成させます。