

市民病院・ワンポイントクリニック

骨粗しょう症 ～寝たきりにならないための一手～



整形外科 清水 学

今回は骨粗しょう症のお話です。骨の中には、骨を溶かす細胞と骨をつくる細胞があり、両者がバランスよく働くことで、新陳代謝を繰り返し健全な状態を保っています。

しかし、年齢を重ねるに従いバランスが崩れ、骨がスカスカの状態になってしまう病気が骨粗しょう症です。

骨の主成分であるカルシウムには、筋肉を動かしたり、神経を働かせるといった大切な役割もあります。若いうちは身体を動かす機会も多く、血液や筋肉でたくさんのカルシウムが使われますが、食べ物からの吸収もよいために、バランスがとれています。

しかし、高齢になると身体を動かす機会が減り、カルシウムを使う量が減るものの、吸収はそれ以上に悪くなるため、骨に蓄えられたカルシウムが目減りし、骨粗しょう症が進行します。また、女性ホルモンには、骨をつくる細胞の働きを高める効果があるため、閉経後の女性が発症するケースも少なくありません。

治療法としては、骨を溶かす細胞の働きを抑える骨吸収抑制剤の服用が一般的ですが、骨をつくる細胞の働きを高める骨形成促進剤が最近注目されてい

ます。骨形成促進剤を皮膚の下に注射することで骨密度が増加するため、骨折を抑制する効果に優れ、痛みの改善も期待できます。

背骨を骨折して変形が残ると、それが原因で痛みを抱えながらの生活を強いられ、内臓が圧迫されることで、食欲減退や便秘等の症状を来すこともあります。さらに悪化すると身体を動かすことが困難となり、要介護や寝たきりの状態になってしまいます。

日本整形外科学会では、骨や関節、筋肉などの障害に起因するそうした悪循環をロコモティブシンドローム(運動器症候群)と名付け、その予防に取り組んでいます。

骨粗しょう症による骨折を減らすことも、その取組の1つです。骨密度測定をしていない方や、歯の治療の都合で骨粗しょう症の治療を中断したままの方などは、早めに整形外科を受診されることをお勧めします。骨形成促進剤も費用は高みですが、確実な効果が期待できますので、関心のある方は医師にご相談ください。

問合せ 市民病院 ☎24-6111 22-0887

消費税率 引き上げに伴う 低所得者及び子育て世帯への臨時的な給付金について

4月から消費税率が8%へ引き上げられたことに伴い、所得の低い方への負担の影響を緩和するため、「臨時福祉給付金」を支給します。

また、子育て世帯の方への影響を緩和するため、「子育て世帯臨時特例給付金」を支給します。

ただし、臨時福祉給付金の給付対象者や生活保護受給者となっている場合は対象外です。

給付額 対象児童1人につき10,000円

公務員の方へ

公務員の方は勤務先から申請の案内がありますので、次の①～④を持参し子育て支援課に申請してください。(6月申請開始予定)

①本給付金に係る申請書②公務員児童手当(特例給付)受給状況証明書③通帳又はキャッシュカードの写し④本人確認ができるもの(運転免許証等)

■共通事項

- ・申請先は、平成26年1月1日時点で住民登録があった市区町村です。
・当市では、申請や給付の準備を進めています。詳細が決まり次第、広報紙や市ホームページ等でお知らせします。
・臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金は重複して受給することはできませんのでご注意ください。

問合せ

【臨時福祉給付金について】社会福祉課

☎21-1408 24-6066

【子育て世帯臨時特例給付金について】子育て支援課

☎21-1461 23-2239

臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金の制度に関する問合せは、厚生労働省の専用ダイヤルをご利用ください。

専用ダイヤル ☎0570-037-192

受付時間：午前9時～午後6時(土・日曜日、祝日は除く)

□子育て世帯臨時特例給付金

申請については、平成26年1月分の児童手当受給者(公務員を除く)に案内通知を6月にお送りする予定です。

給付対象者 平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)を受給されている方で、平成25年中の所得が児童手当の所得制限額に満たない方

対象児童 給付対象者の平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)の対象となる児童(平成26年1月1日に生まれ、同年2月分の児童手当の対象となる児童を含む)

市長の「元気創造」 組織は人なり
桜花爛漫の4月、社会人1年生の皆さんの新たな挑戦に期待しています。これからは仕事に臨む心構えが必要です。「組織は人なり」です。人は1人で仕事をするわけではありません。限られた人材の中、自分の役割をしっかりと認識し、情報を共有しチームワークで仕事をすることが大切です。
統計数理研究所が1953年以来5年ごとに「日本人の国民性調査」を実施していますが、2008年に行われた第12次調査結果の一部をご紹介します。
職場での人間関係について「仕事以外での上司との付き合いが必須」と答えた人の割合が、1998年と比べ20歳代は50%から65%へ、30歳代は45%から63%へと大幅に増えています。
1980年代以降、職場での希薄な人間関係を好む方向への変化が緩やかに続いていきましたが、若年層を中心として、10年間で職場での人間関係を見直す動きが見られはじめています。やはり仕事以外でのコミュニケーションの場は必要ですね。

9 自立支援教育訓練給付費

母(父)子家庭の方が、雇用保険の教育訓練給付制度の指定教育訓練講座等を受講し修了した場合、費用の20%(上限10万円。4,000円以下は対象外)を支給します。希望する方は、講座の受講申込み前にお問い合わせください。

※受給には所得制限があります。また、雇用保険から教育訓練給付が受けられる場合は該当になりません。
申請・問合せ 子育て支援課
☎21-1461 23-2239

10 高等技能訓練促進費

母(父)子家庭の方が、看護師などの資格取得のため2年以上養成機関等で修業する場合、高等技能訓練促進費として月額70,500円(市民税非課税世帯の場合は10万円)を支給します。

支給対象期間 上限2年間分
※受給には所得制限があります。また、申請月から支給されます。申請を希望する方は事前にお問い合わせください。
申請・問合せ 子育て支援課
☎21-1461 23-2239

11 軽度・中等度難聴児の補聴器購入費用の助成

身体障害者手帳の交付対象とならない軽度・中等度の難聴児に対し、言語の習得、教育等における健全な発達を支援するため、補聴器購入費用の一部を助成します。

- 対象 市内在住で次の①～④の全てに該当する18歳未満の方
①両耳の聴力レベルが70デシベル未満で、身体障害者手帳の交付対象にならない方
②補聴器の装用により、言語の習得等に一定の効果が期待できると医師が判断する方
③同一世帯に市民税所得割の額が46万円以上の方がいない方
④労働者災害補償保険法やその他の法令に基づく補聴器購入費用の助成を受けていない方

助成額 対象補聴器に定められている基準額の3分の2
※申請書類は障害者福祉課で配布します。
申請・問合せ 補聴器の購入前に障害者福祉課へご相談ください。
☎21-1452 24-6066