



スポーツ

第45回津島天王川マラソン大会

日時 12月1日(日) 午前8時45分
(雨天予備日 12月8日(日))

場所 天王川公園

対象 市内在住、在勤、在学の方および市スポーツ協会会員

※一般の部は、海部地区在住、在勤、在学の方も可(中学生以下は、保護者の承認が必要)

部門等 左表のとおり

部門	対象	備考
親子の部	小学2年生以下の児童とその保護者	丸池0.8周(約600m)
600mコース	小学3・4年生	
1.4kmコース	小学5・6年生 中学生・一般	丸池1.8周
2.0kmコース	中学生・一般	丸池0.8周+遊歩道を含む外周1周
3.4kmコース		丸池0.8周+遊歩道を含む外周2周

※参加人数が少ないグループは、同じ部門の他グループと同時にスタートする場合があります。

参加費

- ・小中学生、親子 300円
- ・一般(高校生以上) 500円

申込

所定の申込用紙に必要事項を記入捺印の上、参加費を添えて10月2日(水)～16日(水)の期間に社会教育課スポーツ振興G、または市スポーツ協会事務局(生涯学習センター2階。水～日曜日の午前9時30分～午後3時30分)へ。

その他

- ・天候による開催の有無は、当日午前7時30分に決定します。
- ・棄権、不参加の場合でも、参加費は返還しません。
- ・親子の部以外の各部門で、男女別にタイムの優秀な上位3人を表彰します。
- ・3年連続(3年ごと)を意味します。
- ・出場した方には、大会記念メダルを贈呈します。



・出場者全員に参加賞をお渡しします。
・健康管理に十分留意の上、ご参加ください。

主催 市スポーツ協会

共催 市教育委員会

主管 市スポーツ協会陸上部

問合せ 社会教育課スポーツ振興G

☎55-9428

市スポーツ協会事務局

☎58-5667

第40回秋季市民バドミントン大会

日時 11月3日(日・祝) 午前9時

場所 西小学校体育館

対象 市内在住、在勤、在学の高中生以上の方および津島バドミントン協会会員の高校生以上の方

部門 ダブルス戦

男子の部

・女子の部(1部(上級)・2部(中級)・3部(初級))

定員 各部門16組

参加費 1組800円

試合方法 リーグ戦(参加チーム数により変更の場合あり)

申込 10月18日(金)まで(土・日曜日、祝日は除く)に参加費を添えて左記へ。

問合せ 社会教育課スポーツ振興G

☎55-9428



ソフトテニス

(主催:市ソフトテニス協会、後援:市教育委員会)

大会・教室	開催日時	場所	参加資格	参加費等	申込	問合せ
レディースソフトテニス講習会	初心者 10月19日(土) 経験者 10月26日(土) (予備日11月2日(土)) 午前9時～11時		市内在住・在勤の女性	1人 100円 (当日徴収)	開催当日まで	レディースソフトテニス協会 磯部☎25-5465
秋季ソフトテニス大会 (一般男女・中学生以下男女・成壮年[35歳以上]・ジュニアの部)	10月20日(日) (予備日10月27日(日)) 午前9時	市営 庭球場	どなたでも	1チーム ・一般(市内在住・在勤または協会会員)1,000円 ・一般(上記以外)1,500円 ・中学生以下、ジュニアは500円	10月15日(火)まで	ソフトテニス協会 垣見☎25-9845
秋季レディースソフトテニス大会(ダブルス)	11月8日(金) (予備日11月15日(金)) 午前9時		市内在住・在勤の女性	1チーム 500円	11月1日(金)まで	レディースソフトテニス協会 磯部☎25-5465

スポーツフェスティバル IN TSUSHIMA 2019

日時 10月14日(月・祝)(小雨決行)

- ・オープニングセレモニー
午前8時50分 児童科学館前
- ・イベント開始 午前9時45分

場所 東公園一帯、錬成館、児童科学館、市営球場

内容 交流大会コーナー、スポーツ体験、レクリエーションコーナー、その他イベント等

その他 自動車の乗り合わせ、自転車、徒歩での来場にご協力ください。

主催 市・市教育委員会

主管 スポーツフェスティバル IN TSUSHIMA 2019
実行委員会

問合 スポーツフェスティバル実行委員会事務局
(社会教育課スポーツ振興G内)

☎55-9428



令和元年度 津島市スポーツ少年団員募集

問合 社会教育課スポーツ振興G ☎55-9428

種目	対象	場所	練習日時	会費	申込・問合
柔道		錬成館	毎週火・木・土曜日 午後7時～8時30分	月額 2,000円 PTA会費 300円 新規加入金 2,000円 スポーツ少年団入会金 1,700円 (保険料含む)	安部 ☎090-8321-1790
剣道	小学生の男女	錬成館	毎週火・金曜日 午後6時50分～8時	半年分 6,000円 PTA会費(半年分) 1,500円 新規加入金 3,200円 (保険料含む)	鈴木 ☎090-3441-1615 日比 ☎090-8956-4893
野球		市内各小学校	毎週土・日曜日・祝日 ※時間は各クラブで異なる	月額 1,300円～ (登録費・保険料等含む)	沖 ☎090-7430-7784
サッカー	幼児(3歳以上) から小学生 の男女	東・西・南・北・神守 高台寺・神島田 各小学校・東公園 グラウンド	毎週土・日曜日・祝日 午前9時～正午	半年分 9,000円 入団金 3,000円 (保険料・個人・団各種登録費含む)	藤波 ☎090-5875-9673
ボウリング	小・中・高校生 の男女	サンガーデン ボウリング	隔週土曜日 午前10時30分～正午 毎週土曜日午後4時～5時30分 毎週水曜日午後5時～6時30分	月額 2,000円 年会費 6,000円 (スポーツ少年団入会金・保険料含む) 新規加入金 6,000円 (ユニフォーム代含む)	浅野 (サンガーデンボウリング) ☎25-2211
バドミントン	幼児(3歳以上) から小・中学生 の男女	高台寺小学校	毎週月曜日午後7時～9時 毎週土曜日午前9時～正午	月額 3,000円 年会費 3,500円 (登録費・保険料等含む) 新規加入金 1,000円	山田 ☎090-3381-6812

第56回津島市民総合 体育大会

7月21日(日)・8月4日(日)
・11日(日)・祝・12日(月)
錬成館ほか

(優勝者、敬称略)

総参加者数765人

水泳(参加者72人)

◇小学生低学年の部

- 男子自由形50m 秋山真秀(神守小3年)
 - 女子自由形50m 吉田実優(高台寺小1年)
 - 男子平泳50m 秋山真秀(神守小3年)
 - 女子平泳50m 松川幸暖(北小3年)
 - 男子背泳50m 糟谷優太(蛭間小3年)
 - 女子背泳50m 吉田実優(高台寺小1年)
- ##### ◇小学生高学年の部
- 男子自由形50m 菊野晃太郎(南小5年)
 - 女子自由形50m 有川夕稀(北小5年)
 - 男子平泳50m 猪飼大介(高台寺小6年)
 - 女子平泳50m 左草都希(南小6年)
 - 男子背泳50m 堀田陸斗(東小4年)

- 女子背泳50m 宇佐美志織(神島田小4年)
- 男子バタフライ50m 高橋巧(北小4年)
- 女子バタフライ50m 吉田明莉(高台寺小6年)



◇中学生の部

- 男子自由形50m 梅北聖(天王中3年)
- 女子自由形50m 浦山佳奈(天王中2年)
- 男子自由形100m 梅北聖(天王中3年)
- 女子自由形100m 高平桃香(天王中3年)
- 男子平泳50m 黒田若葉(天王中3年)
- 男子平泳100m 神原颯真(大王中2年)
- 男子背泳50m

◇一般の部

- 男子自由形50m 松原英寿
- 女子自由形50m 東條亜美
- 男子自由形100m 山崎玲苑
- 女子自由形100m 宇佐美恵美子
- 男子平泳50m 堀田大熙
- 男子平泳100m 堀田大熙
- 男子背泳50m 山崎玲苑
- 女子背泳100m 蘆江彩加
- 男子バタフライ50m 田立愛維斗
- 男子バタフライ100m 田立愛維斗
- 女子200mリレー 津島高校チーム

弓道(参加者82人)

◇中学生男子の部

林隆雄(暁中3年)

◇中学生女子の部

近藤佑月(藤浪中3年)

◇高校生男子の部

野中雅史(一宮西高2年)

◇高校生女子の部

吉田千佳(津島東高1年)

◇一般男子の部

岡下重雄

◇一般女子の部

今見治代



一・二年の部

佐藤輝(神島田小2年)

三年の部

須戸康貴(神守小)

四年の部

内田善仁(東小)

五年の部

長尾信吾(神島田小)

六年の部

安達紀未朗(東小)

◇中学生

一年男子の部

中島怜夢(暁中)

二年男子の部

鈴木大登(暁中)

三年男子の部

杉山楓(暁中)

◇一般

男子有段の部

杉山楓



柔道(参加者40人)

◇小学生(男女混合)



相撲(参加者35人)

◇**幼児の部**

片山瑛太(神守保育園)

◇**小学生**

一・二年の部

伊藤隼岳(西小2年)

三年の部

飯田康太(高台寺小)

四年の部

鈴木晶瑛(神守小)

五年の部

長尾信吾(神島田小)

◇**中学生の部**

一・二年の部

中島怜夢(暁中1年)

三年の部

杉山楓(暁中)

◇**卓球**(参加者163人)

◇**個人戦**

中学生以下男子の部

佐々木敬虎(暁中3年)

お知らせ

募集

催し

教室・講座

子育て・健康

スポーツ

全国大会出場

成績発表

荣誉

寄附



中学生以下女子の部

小川琴弓(大王中3年)

一般男子の部

大島英樹

一般女子の部

三輪夏代

◇**団体戦**

男子の部

津島クラブ

女子の部

津島高校A

◇**剣道**(参加者87人)

◇**小学生**

三・四年の部

入江十司郎(北小4年)

五・六年の部

吉田菜那(美和東小6年)

◇**中学生**

男子の部

吉田颯汰(美和中3年)

女子の部

長尾彩未(神守中1年)

◇**一般**

男子の部

吉川徳寛

女子の部

中辻璃香

◇**ソフトテニス**(参加者192人)

◇**小学生の部**

山本華奈・川瀬夏妃(津島ジュニア)



◇**中学生以下男子の部**

後藤将斗・滝川皓希(津島クラブ)

◇**中学生以下女子の部**

澤井優舞・吉田涼風(津島クラブ)

◇**一般男子の部**

杉岡佑紀・近藤崇史

◇**一般女子の部**

浅井菜津美・浅井真由美

◇**壮年の部**

佐野利津子・請川京子

◇**ゲートボール**(参加チーム4チーム、参加者30人)

津島市ファイターズチーム



◇**バドミントン**(参加者46人)

◇**男子ダブルス**

島山孝利・吉永正樹

◇**女子ダブルス**

一部

垣見妙香・鈴木亜梨沙

二部

小島幸子・野田純子

三部

山内王智己・花井明美

◇**陸上**(参加者18人)

◇**小学生男子の部**

100m

松井聖(神島田小6年)

1000m

松井聖(神島田小6年)

◇**小学生女子の部**

100m

桑原和菜(東小6年)

1000m

江島楓葉(南小5年)

◇**中学生男子の部**

1500m

高橋駿介(藤浪中3年)

3000m

高橋駿介(藤浪中3年)

◇**中学生女子の部**

200m

桑原萌衣(藤浪中2年)

3000m

新田沙良(藤浪中2年)

◇**一般男子の部**

1500m

青山颯汰

3000m

新田弘幸

◇**一般女子の部**

200m

鬼頭優希

3000m

向井ありさ

お知らせ

募集

催し

教室講座

子育て・健康

スポーツ

全国大会出場

成績発表

荣誉

寄附



全国大会出場

文部科学大臣杯第43回全日本中学校ボウリング選手権大会(京都府宇治市)
東 桜沙さん(暁中学校1年生・唐臼町)
出場経緯 第59回愛知県小学校・中学校・高等学校ボウリング競技会において第7位となり、愛知県ボウリング連盟より代表選手に選出されたため

JOCジュニアオリンピックカップ第43回全日本高校ボウリング選手権(神奈川県川崎川崎市)
東 莉大さん(津島東高等学校2年生・唐臼町)
出場経緯 第59回愛知県小学校・中学校・高等学校ボウリング競技会において第3位となり、愛知県ボウリング連盟より代表選手に選出されたため

令和元年度全国中学校総合体育大会第49回全国中学校相撲選手権大会(奈良県奈良市)
暁中学校相撲部
出場経緯 第73回愛知県中学校総合体育大会(相撲競技団体戦)優勝

令和元年度全国高等学校総合体育大会ソフトボール競技大会第71回全日本高等学校女子ソフトボール選手権大会(宮崎県日向市)
杉浦 彩華さん(岐阜女子高等学校2年生常盤町)
出場経緯 令和元年度岐阜県高等学校ソフトボール競技県総体兼全国東海総体県予選(女子の部)において、在学する岐阜女子高等学校が優勝したため

2019年度全日本卓球選手権大会(マスターズの部)(高知県高知市)
佐々木 健志さん(三菱重工株式会社・唐臼町)
出場経緯 2019年度全日本卓球選手権大会(マスターズの部)愛知県予選の結果により、出場権を獲得したため



菊野 星椰さん(誉高等学校3年生・大字古川)
出場経緯 第101回全国高等学校野球選手権愛知県大会において、在学する誉高等学校が優勝したため

第101回全国高等学校野球選手権大会(兵庫県西宮市)

リポビタンカップ第47回日本選手権大会(東京都千代田区)



平野 翔大君(暁中学校2年生・愛宕町)
前田 聖矢君(神守中学校3年生・蛭間町)



谷口 恭平君(天王中学校3年生・東中地町)
出場経緯 中日スポーツ杯争奪第32回日本リトルシニア野球選手権東海大会において、所属する愛知西リトルシニアが準優勝したため



令和元年度全国高等学校総合体育大会陸上競技大会秩父宮賜杯第72回全国高等学校陸上競技対校選手権大会(沖縄県沖縄市)
土居 駿斗さん(津島高等学校3年生・稲沢市)
出場経緯 第66回東海高等学校総合体育大会(陸上競技男子4000mハードル)第4位

全国高等学校ダンスドリル選手権大会2019(大阪府大阪市)
酒井 克徳さん(名古屋立山田高等学校2年生・立込町)
出場経緯 全国高等学校ダンスドリル選手権大会東海大会(フロップ部門)において、在学する名古屋立山田高等学校が優勝したため



寄附

ご厚意ありがとうございました

尾中 眞理様
 ……尾州津島天王祭禮町並
 并祭礼記ほか郷土資料2点

お詫ごと訂正

市政のひろば9月号27ページの全国大会出場者名に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

正 長谷川 雄士さん
 誤 長谷川 雄二さん



消防自動車等の走行時の安全確保についてご協力ください

消防車や救急車は火災など災害発生時に、被害を最小限に抑えることや、傷病者を一刻も早く病院まで搬送するために現場まで安全・迅速に到着することを目的としています。

消防自動車等がサイレンを鳴らしながら走行していたら、次の点にご協力ください。

- ・一般車両は周囲の状況に配慮した上、道路の左側に寄って一時停止してください。停止したことが確認できるようにハザードランプを点灯してください。
- ・交差点付近では交差点を避け、道路の左側に寄って一時停止してください。
- ・狭い道路などで停車する場合は、消防自動車等の通行に支障がない様に配慮してください。
- ・高速道路において本線に入るのを確認した際は、減速し合流に協力してください。
- ・歩行者や自転車は、横断歩道を通行

している場合は速やかに渡ってください。歩道がない場所を通行している場合は、白線から離れて停止し、消防自動車等の進路確保に努めてください。

緊急車両が一秒でも早く現場に到着するためには、市民の方々の協力が不可欠となります。

消防水利付近の駐車禁止について

皆さんは、火災が発生した場合に消防車を使用する水をどこから入手しているかご存知ですか？

池や川の水、学校のプールなどを使用する場合もありますが、多くの場合、道路上や道路脇に設置された消火栓や防火水槽を使用します。道路上に違法に駐車された車両によって、使えなくなる恐れがあります。

道路交通法で駐車が禁止されている場所

- ① 消火栓から5メートル以内
 - ② 消防用防火水槽の吸水口または吸管投入口から5メートル以内
 - ③ 消防用防火水槽の端、またはこれらの道路に接する出入口から5メートル以内
- 消火栓や防火水槽付近に駐車することは法律でも禁止されており、違法な駐車は一刻を争う消防活動の妨げになります。消防水利の近くには駐車しないよう、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

中央児童館で遊ぼう！ 中央児童館 ☎26-3540

行事名	開催日	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
☆ハイハイ広場 (ママタイム)	10月9日(水)	午前10時30分～ 11時30分	0歳児と その保護者 ※1	随時	15組	手作りおもちゃを作ろう	材料費 50円	タオル 水分補給 できるもの
ベビーマッサージ	10月11日(金)	午前10時30分～ 11時30分	0歳児と その保護者 ※2	9月27日(金)～	10組	お母さんのリラックス法と ふれあい遊び	オイル 資料代 500円	バスタオル 水分補給 できるもの
☆わくわく工作	10月12日(土) 11月2日(土)	午前10時30分～ 11時30分	年長児から中学生	随時	10人 15人	ちょっぴりはやい 年賀状作り(紙すき体験) ちょっとはやめの クリスマスリース作り	材料費 50円	上靴・水筒
☆パパタイム	10月13日(日)	午前10時30分～ 11時30分	満2歳になる子 から未就学児と その父	随時	20組	パパと一緒に楽しいな! (親子で体を動かし遊ぼう)	無料	上靴・水筒 タオル
☆なかよし広場	10月16日(水)	午前10時30分～ 11時30分	満1歳ごろから 未就学児と その保護者	9月27日(金)～	15組	ハロウィングッズを つくってみよう	材料費 50円	上靴(外靴を拭いて 利用可)・タオル 水分補給できるもの
ハロウィンパーティー	10月26日(土)	午後1時30分～ 2時30分	年長児から小学生	10月5日(土)～	20人	ジュニアリーダーと 一緒に「ハロウィン パーティー」を楽しもう!	無料	上靴・水筒 タオル
そだねえ～会	10月27日(日)	午後1時30分～ 4時30分	中学生・高校生	当日受付	なし	「うその森」へようこそ! (疑似体験してみよう)	無料	上靴・水筒
☆なかよし広場 (英語で遊ぼう)	10月29日(火)	午前10時～10時45分 午前11時～11時45分	満2歳ごろから 未就学児 6月ごろから2歳ごろ	10月4日(金)～	各20組	外国の先生と英語に 触れて遊ぼう	無料	上靴(外靴を拭いて 利用可)・タオル 水分補給できるもの
☆なかよし広場	11月5日(火)	午前10時30分～ 11時15分	満1歳ごろから 未就学児と その保護者	当日受付	なし	「七五三のお祝い」 をしましょう	無料	上靴・水筒

○開館時間:午前9時30分～午後5時(水曜日午後・木曜日・祝日の休館日を除く) 児童館に貴重品は持ってこないようにしましょう。

○☆印のイベントは、初回受付時に登録書の記載をお願いします。2回目以降は電話での受付が可能となります。

○定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了)

※1 生後4カ月ごろ～満1歳ごろ ※2 生後1カ月健診後～満1歳ごろ

院長 コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

60

小中学校におけるがん教育



市民病院
院長 神谷里明

2017年3月に小中学校の学習指導要領の改訂、公示がされ、令和2年度より全ての小学校で、令和3年度より全ての中学校でがん教育が始まります。

津島市ではそれに先駆けて平成30年に試験的に市内の一部の小中学校で外部講師によるがん教育の時間を設けました。その後津島市教育委員会と医療関係者で話し合いをして、全国で必須化される前に今年度より先行して、市内の半分の小中学校でがんに関する教育を市民病院・津島医師会の医師と保健師を外部講師として、学校の教員とともに始めることとなりました。

癌は男性の2人に1人、女性の3人に1人が生涯に罹患するものです。診断、治療法の進歩により、今では癌患者の60%以上は治っており、決して治らない病気ではないのです。しかしながら、

まだ癌は治らない病気だと考えている人が大人も子どもも多くいます。検診などにより早期発見し、早期治療を行えば治る確率はより高くなります。

国はがん検診受診率を50%以上という目標を立てましたが、まだ実現されていません。検診による早期発見を呼びかけても催しに来られるのは関心のある人達で、本当に求めて欲しい人(検診を受けない人々)は関心もなく来てもらえません。そこで学校教育の場を癌に対する啓発の場として活用することにしたのです。学校におけるがん教育の目標は2つあります。

①がんについて正しく理解できるようにする。

②健康と命の大切さについて主体的に考えることが出来るようにする。
がん教育は知識を伝えるだけでなく、命の大切さや死について考えるきっかけになります。

授業は医師が全て行うのではなく教育の専門家である教師が授業を計画し、医療の専門家である医師や保健師が外部講師として知識、経験を加える。教育、医療の専門家がお互いを尊敬し、意見を出し合いながら授業を作り上げていくことが必要です。

自分の身近な人が癌になったら何が出来るのか？大人も子どもも一緒に考えましょう。



市民病院を知ろう②6 理学療法士編

今回は、中里リハビリテーション室長、川本理学療法士、星野理学療法士、渡辺理学療法士に、シティブロモーション課職員がお話を聞いてきました。

Q. 理学療法士とは何ですか。また、具体的な業務について教えてください。

A. 脳卒中や骨折、手術後の体力低下など、さまざまな要因で運動機能が低下した方に対して、医師の指示のもと、ベッドでの寝返り、立ち上がり、歩くといった基本的動作能力の回復リハビリや悪化予防をサポートする専門職です。

基本的には、一人の患者さんに対して一人の理学療法士がサポートをしますが、必要な方には個別メニューを提案し、病室で患者さん自身が行うこともあります。手すりや歩行器を使った歩行訓練、足の筋力訓練など、一人ひとりの体力や意欲に合わせて負担のないように行います。

また、病気やけが後のリハビリだけでなく、専門性を生かし、チーム医療の一員として理学療法士が介入することもあります。

Q. チーム医療の取り組みについて教えてください。

A. チーム医療に理学療法士が介入する病気のひとつが、糖尿病です。糖尿病

の重要な治療法予防法の一つが、運動療法です。月に一度開催する糖尿病教室では、毎回異なるテーマを設け、医師による糖尿病についてのお話に加え、簡単にできる運動療法の指導等を行っています。

また、オリジナルの体操や分かりやすい運動プログラムの冊子作りもしています。

こうした取り組みが、自身の健康を見直すきっかけになればいいと考えています。今後も、地域の人が気軽に取り組める環境作りに努めていきたいです。

今回のインタビューでは、理学療法士は、リハビリだけでなく、チーム医療の一員として専門性を生かした業務を行っていることが分かりました。

問合 市民病院管理課管理G

☎2815151 内線2201



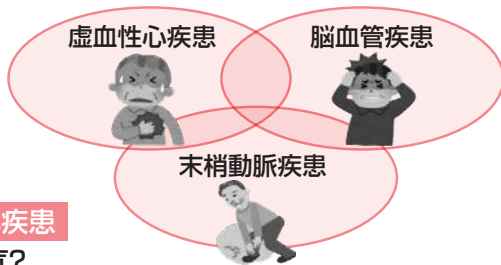
▲糖尿病教室の様子

動脈硬化性疾患

津島市民病院
循環器内科医長おおたか
直也

「動脈硬化」が多くの危険な病気の原因になっていることをご存じでしょうか？

「動脈硬化」とは、血管の内側にプラークと呼ばれるコレステロールがたまり、動脈の内腔が狭くなる病態をいいます。わが国では、糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病の増加をはじめ、高齢化の急速な進行の結果として「動脈硬化性疾患」が増加しています。動脈硬化は実は、0歳の時点から初期病変が形成されており、動脈硬化を促進する危険因子の存在や加齢により、急速に進行します。動脈硬化性疾患と呼ばれるものには主に、虚血性心疾患(心筋梗塞など)、末梢動脈疾患、脳血管疾患(脳梗塞など)があり、それぞれの疾患のみにとどまらず、重複して存在することが多いのです。



虚血性心疾患

どんな病気？

日本人の死亡原因の第2位を占めるのが心臓疾患であり、その約半数は虚血性心疾患です。心臓の表面には「冠動脈」と呼ばれる血管が存在し、心臓の筋肉(心筋)はそこから酸素や栄養をもらい、ポンプの役割を果たしています。冠動脈が動脈硬化により狭まったり(狭窄)、閉じたり(閉塞)し、心筋が酸素不足になった状態の総称を「虚血性心疾患」と呼びます。虚血性心疾患のうち、狭窄した場合を「狭心症」、閉塞により心筋が死んでしまう病態を「心筋梗塞」といいます。

症状は、胸部圧迫感や身体を動かしている時の息切れ、喉の違和感、左肩や奥歯の痛みなどが現れることが多いですが、中には、無症状であることも多く、健診などで偶然発見されることも少なくありません。あまり知られていないのが、心筋梗塞を起こす冠動脈狭窄は、狭窄度の強くない場合が多いことです。つまり、狭窄度の強くない不安定な動脈硬化病変が突然はじけて、プラークが血管内に飛び出し、そこに血栓が集まり、血管を閉塞させて心筋梗塞を発症させるのです。しかし、狭窄度の強くない患者さんが発症前に来院したとしても、心電図や心臓超音波などの心臓の検査では異常として検出される可能性は低いです。そして、このような不安定な狭窄病変をもっている患者さんの多くは、未治療の高コレステロール血症や糖尿病などの危険

因子をお持ちのことが多いです。

心筋梗塞は通常、前兆がなく、ある日突然起こる死に至る怖い病気ですので、高コレステロール血症や糖尿病をお持ちの患者さんは、無症状のうちからしっかり内服治療を行い、動脈硬化性病変を安定化させ、発症を防ぐことが大切です。

検査/治療は？

虚血性心疾患の検査としては、採血、心電図、心臓超音波検査、心筋負荷シンチグラフィー、冠動脈造影CT検査、カテーテル造影検査があり、体にとって負担の少ない検査から行い、これらを組み合わせで診断にあたります。治療は、カテーテルによる冠動脈形成術と、開胸にて行う心臓バイパス手術がありますが、カテーテル機器の進歩のおかげで、ほとんどの症例でカテーテルによる治療が可能となっています。

末梢動脈疾患

どんな病気？

末梢動脈疾患は下肢閉塞性動脈硬化症とほぼ同義であり、下肢の動脈硬化により、血管が狭窄または閉塞する病気です。症状としては、ある一定以上の距離の歩行により下肢のだるさや下肢痛、いわゆる「間欠性跛行」が出現します。危険因子としては虚血性心疾患と同じですが、中でも糖尿病と喫煙は、重症下肢虚血へ進展することが多いので注意が必要です。重症下肢虚血になると、下肢切断を余儀なくされるだけでなく、1年の死亡率は20%以上であり生命にも危険が及びます。

検査/治療は？

足関節と上腕の血圧比(ABI)を用いることが最も多く、手足の血圧測定を行うだけで末梢動脈疾患の有無がわかります。ABIに異常を認めた場合は、造影検査などさらなる精密検査を行います。間欠性跛行がある場合には、必要に応じてカテーテルによる血管内治療やバイパス術による血行再建を行います。

おわりに

血管は一つながりであり、虚血性心疾患、末梢動脈疾患、脳血管疾患は1つの動脈硬化性疾患として考えることが大切であり、この3つの疾患のうち1つでもかかった場合は、その他の動脈硬化性疾患についても精密検査することが推奨されます。また、これらの病気は無症状のうちに進展することが多く、「サイレントキラー」とも呼ばれます。定期的な健診を受け早期発見に努めることが大切です。ご心配な方は病院でご相談ください。