

知ってれば得た気分になれる。そんな話題を集めたコーナーです。

# 知っ得つばめ

## Health

## Consumer Affairs

### ●健康 Q&A

#### 潰瘍性大腸炎とは

県立吉田病院  
 内科医長 森 ゆかり



**Q** 潰瘍性大腸炎とは？  
 A 昨年、安倍前首相がこの病気の悪化が原因で退任されたことで、この病気の名前が耳にしたことがあるかもしれません。大腸の粘膜に長期間にわたって炎症が起る病気です。頻回の下痢や血便が続く、さらに悪くなるとひどい腹痛や発熱、貧血などが起こります。完治することが難しく、良くなったり悪くなったりを繰り返す特徴があります。実は、ここ最近で潰瘍性大腸炎の患者さんは急増してきましたが、2001年で約7万人でしたが、2020年には22万

人以上に増加していると報告されています。  
**Q** どのような人がかかりやすい？  
 A 男女の差はなく、20〜30代の若い患者さんが中心です。一方で子どもや高齢者に起こることもあります。原因は、遺伝的な要因に腸内細菌や食生活、ストレスなど環境による因子が加わり、免疫の異常による可能性が考えられています。  
**Q** どうやって診断するの？  
 A なかなか治らない下痢や血便がある場合に、問診や血液検査、CT、便の検査などを行います。細菌やウイルスで起こる

感染症など、他の腸炎を起こす病気の可能性を否定します。最終的に大腸内視鏡検査と大腸粘膜の生検診断（顕微鏡による診断）で診断します。  
**Q** どういう経過をたどるの？  
 A 腹痛や下痢・血便などの症状がある状態を活動期、治療により症状が治まった状態を寛解期と言います。この活動期と寛解期を繰り返すことがこの病気の特徴です。よって、患者さんそれぞれの症状の重さに適した治療を選択し、できるだけ寛解期の状態を保てるように治療を継続することが重要です。

### ●消費者行政

「不在通知」の偽SMSに注意！  
 URLにはアクセスしない、ID・パスワードを入力しない  
 市民課 消費生活相談窓口  
 ☎0256-77-8302

スマートフォンに、宅配便業者を装って「お客様宛にお荷物のお届けに上がりましたが不在のため持ち帰りました。下記よりご確認ください」という内容の偽SMS（ショートメッセージサービス）が送りつけられ、そこに偽サイトに誘導するためのURLが記載されていたといった相談が全国的に増えています。また、偽サイトにアクセスして不正なアプリをインストールした結果、消費者のスマートフォンから同じ内容の偽SMSが多数送信されて、身に覚えのない通信料を請求されるケースもあります。

- SMSやメールで「不在通知」が届いても、記載されているURLには安易にアクセスしないようにしましょう。
- URLにアクセスした場合でも、提供元不明のアプリをインストールしたり、ID・パスワードなどを入力しないようにしましょう。
- 不正なアプリをインストールした場合は、スマートフォンを機内モードにして、アプリをアンインストールしましょう。
- 偽サイトにID・パスワードなどを入力してしまったら、すぐに変更しましょう。

不安に思ったりトラブルにあったりした場合は、消費生活相談窓口にご相談ください。  
 ■問合せ  
 ●市民課 消費生活相談窓口 ☎0256-77-8302  
 ●消費者ホットライン 188（いやや！）  
 ●警察相談専用窓口 #9190

### ●編集後記

▼4月から「広報つばめ」は月1回発行となり、内容も一部リニューアルします。これまで以上に市政を身近に感じていただけるような紙面構成を心がけて編集してまいります。取材でも市内各地を飛び回りますので、今後も「広報つばめ」をよろしく願っています。  
 ▼市公式ホームページのリニューアルを行います。全ページがスマホやタブレット対応のページになったり、他にもたくさん機能が追加されます。欲しい情報を探しやすいホームページを目指していきますので、ぜひ、ご利用ください。  
 ▼今月のシリーズとは福岡で頑張る坪谷さん。コロナ禍により、直接会うことが難しいため、電話での取材になりました。言葉の端々からバレーへの熱い気持ちや伝わってきた、お話を聞いてよかったです。これからも頑張ってください！  
 ▼教育事業の特集はいかがだったでしょうか。参加した子どもたち、学校の先生、OBの先輩などたくさんの方に話を聞き、楽しく学べる機会なんだと実感しました。「挑戦」を心待ちにしています！

## みんなの掲示板

### レカンフラワー体験会

乾燥した花を使って写真サイズのレカンフラワー額作りを体験します。  
 時 3月21日(日) 午前10時〜正午 所 所川前公民館 定 10人  
 料 ￥1100円 申 3月15日(月)まで 問 レカンフラワー教室(佐藤) ☎090・7279・6927

### 初心者向け日本画教室 受講生募集

日本画の基礎を写生から学んで、1年後には家に飾れる作品が1枚出来上がります。  
 時 4月1日(休)〜毎月第1・3木曜日 午後7時〜9時 所 中央公民館 他 指導するのは燕市美術協会日本画部の会員である彩好会会員がボランティアで務めます 申 3月31日(休)まで 問 彩好会(山宮) ☎080・8741・4238

### ピラティスを始めませんか

無理をせずストレッチ、筋肉を鍛えることで骨盤を調整、姿勢を正し、しなやかな健康美を目指します。  
 時 4月6日(火)〜毎週火曜日 ①午後6時45分〜 ②午後8時10分〜 所 中央公民館 定 中学生以上の初心者 定 20人 料 ￥月2000円(半年分1万2000円前納)

### 社交ダンス講座

踊ってみたい人、興味のある人、健康を維持したい人、仲間づくりをしたい人、楽しく踊りましょう！  
 時 4月2日(金)〜毎週金曜日、4月6日(火)〜毎週火曜日/昼の部：午後1時40分〜3時、夜の部：午後7時30分〜9時(金曜日夜の部は第2・4のみ) 所 火曜日：吉田ふれあいセンター、金曜日：吉田公民館 定 各10人 料 半年9000円(金曜日夜の部は半年4500円) 申 3月15日(月)まで 問 吉田ソシアルダンスクラブ(細貝) ☎090・2164・2313

### 健やか杯グラウンドゴルフ交歓大会

時 4月25日(日) 受付：午前8時〜8時30分 所 吉田ふれあい広場 問 グラウンドゴルフ愛好者 定 160人 料 ￥1人600円 他 表彰：男女別1位にトロフィー(持ち回り)・賞品、2位〜5位賞品、参加賞ほか 申 3月8日(月)〜26日(金) ※申込後、返金不可 問 燕市グラウンドゴルフ協会(燕地区：三村) ☎0256・62・6068(吉田地区：星野) ☎0256・92・2535/分水地区：小山 ☎0256・97・1153

### ヨガサークル会員募集

ヨガは、呼吸に合わせ、ゆつくりと行っていくことで血流の循環がよくなり、体調の改善が期待できます。  
 時 毎月第2・第4土曜日 午前10時〜11時 所 中央公民館 定 20人 料 半年分6700円前納 問 ヨガマットが大判バスタオル、飲み物 他 講師：塩原典子(しおはらのこ) 申 随時 問 ストレッチヨガサークル(宗村) ☎090・2400・2398

「みんなの掲示板」が、燕市公式ホームページでも見ることができるようになりました。詳しくは9ページをご覧ください。

