

## Health

## Consumer Affairs

### 健康 Q&A

#### シニア世代に COPDって?

県立吉田病院  
診療部長(内科) 田口 澄人



**Q** COPDとは何ですか?  
 COPD(慢性閉塞性肺疾患)の「C」はChronic(慢性)、「O」はObstructive(閉塞性)、「P」はPrimary(閉塞性)の「P」、Disease(疾患)の「D」をとって「COPD」と言います。日本語では慢性閉塞性肺疾患です。従来、慢性気管支炎と呼ばれていました。代表的なタバコ関連疾患、タバコ病です。  
 症状は、徐々に進行する労作時の息切れ、慢性のせき、たんです。しかし、これらの症状に乏しいこともあります。  
**Q** 診断方法は?

**A** 喫煙歴(20 pack-years以上)を確認します。pack-yearは「1日の喫煙本数×20本」×「喫煙年数」つまり「1日の喫煙箱数×喫煙年数」です。次に、呼吸機能検査で肺の機能を評価します。1秒率が70%未満であることが診断基準です。  
**Q** どんな治療をしますか?  
**A** 薬物療法と非薬物療法があります。薬物療法では、症状があれば気管支拡張薬を使います。吸入薬が中心になります。治療効果が不十分な場合には多剤を併用

します。非薬物療法では、まず禁煙、そして呼吸リハビリテーションです。特に運動、栄養が重要になります。また、COPDが進行し呼吸不全になると、在宅酸素療法を検討します。最後に、COPDはタバコ病です。早期発見、治療のため、喫煙歴のある40歳以上の人は、症状が乏しくても、呼吸機能検査を受けてください。そして、タバコを吸っている人は、すぐにはやめましょう。今からでも遅くはありません。

### 消費者行政

#### 「お試しで1回」のつもりが、「定期購入」だった。インターネット通販の定期購入トラブルに注意

市民課 消費生活相談窓口  
☎0256-77-8302

インターネット広告で「1回目90%OFF」「初回限定500円」など低価格をうたう一方、定期購入が条件となっている通信販売に関する相談が多く寄せられています。

●相談事例 ネット通販の「お試し価格500円」という広告を見て健康食品を購入したら、実は定期購入を申し込んでいて、3回以上の商品の購入が条件となることが分かった。急いで事業者と解約を申し入れたが、特約に条件の記載があると断られた。

- 1 通信販売は、クーリング・オフできません。返品・解約の条件などは、広告記載された内容や事業者の特約等に従うことになります。
- 2 「定期購入が条件とないか」「支払うことになる総額はいくらか」など契約内容をしっかりと確認しましょう。
- 3 「解約・返品できるかどうか」「解約・返品できる場合の条件」など解約条件をしっかりと確認しましょう。
- 4 不安を感じたり対処に困ったりした場合は、すぐ市民課 消費生活相談窓口にご相談してください。

お試し・初回限定という言葉に惑わされることなく、購入や返品の条件などを確認してから購入を決めましょう。

#### 相談・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! 泣き寝入り)

### 編集後記

▼7ページに掲載した「クロスワードパズル」。気軽に作り始めたら、これが思った以上に大変。係員総出で考えました。それでも当初思っていた構想とは程遠いデキです…。皆さんも問題づくりにチャレンジしてください。脳トレになりやすい(イライラしない程度に)がんばりましょう。

▼タクシーによるデリバリー取材。飲食店とデリバリー利用者をつないでくれるタクシー運転手さんに感謝です。ちなみに、今回は特別に「背脂ラーメンタクシー」が使用されました。ひときわ目立つデザインに、利用者は驚きつつも笑顔を浮かべていました。

▼緊急事態宣言解除により、少しずつ日常が戻ってきている気がしますが、先日も待ちに待ったJリーグ再開後の日程が発表されました。油断は禁物ですが、早くスタジアムで試合を楽しみたいですね。

▼Withコロナの状況の中、当面遠出の予定はなし。寂しい反面、遠出ができないなら運動がてら近場を散策。裏山、海辺、公園などを巡り、ちょっとした探検気分を味わうことができました。皆さんも近場散策いかがですか。

### 「燕応援フェニックスクーポン」取扱事業者を募集します



広報つばめ8月合併号に掲載予定の、3密を回避する対策などに取り組んでいる市内店舗に限り使用可能な「燕応援フェニックスクーポン」の取扱事業者を募集します。

■9月30日(火)まで



### 「NO!! 3密」実践宣言事業者を募集します



新型コロナウイルス感染防止対策に取り組むことを宣言する市内事業者を募集します。この宣言は「燕応援フェニックスクーポン」の取扱事業者に応募するときの必要条件になっています。

※いずれも詳しくは市ホームページをご覧ください。  
 関 商工振興課 産業支援係 ☎0256-77-8231

### 後期高齢者医療保険料と保険証についてのお知らせ

#### ①保険料の納付をお願いします

今年度の保険料額の通知書を7月15日(火)に送付します。納付書で納める人(普通徴収)の第1回目の納期限は7月31日(金)です。納め忘れがないようお願いいたします。

#### ②令和2年4月から保険料率が変わりました

保険料率は、2年ごとに見直しが行われます。

平成30・31年度の保険料率	
均等割額	3万6,900円
所得割率	7.40%



令和2・3年度の保険料率	
均等割額	4万400円
所得割率	7.84%

#### ③保険料の軽減率が見直されました

世代間の負担の公平などを図る観点から、後期高齢者医療保険料の均等割について、これまで8.5割軽減となっていた人は7.75割軽減に、8割軽減となっていた人は7割軽減に変わります。

#### ④新しい保険証をお使いください

7月20日(月)に、8月1日(出)から使用する保険証(ベージュ色)をお送りします。これまで使用していた保険証(空色)は、各自で破棄してください。※後期高齢者医療制度に加入している人(空色の保険証を持っていた人)で、7月27日(月)になっても新しい保険証が手元に届いていない人はご連絡ください。

関 保険年金課 年金医療係 ☎0256-77-8133

### BOOK CHOICE 7月のテーマ『あなたはどっち派?! イカVSタコ』

#### ★『タコと日本人』(664/ヒ)

世界一のタコ食の国・日本! タコの奇妙な習性を利用したタコ壺漁、海から恵みをもたらすタコの話など、考古学・民族学を含めた多様な視点からタコと日本人、更には世界について考える。

#### ★『大幽霊烏賊 名探偵面鏡真澄』(913.6/シ)

昭和のはじめ、日本で最初の専門精神科病院で起きた凄惨な事件。新米医師が天才・面鏡真澄とともに謎解きに挑むと、病院幹部らが絡んだ忌まわしい過去と繋がっていた…。

#### ★『タコめし』(E/ツ)

オフィス街からバスで10分、海が見える丘の上にあるタコさんのおべんとう屋さん。毎日おべんとうばこのお客さんで大行列で、今日もあつという間に売り切れ。そんなタコさんが一息ついていると…。

#### ★『イカとタコの大研究』(K 484/イ)

イカとタコは、すばやく獲物を捕らえる腕と大きな眼、高い知能をもった表情豊かな生き物。イカとタコの体のつくりから、移動の仕方、産卵方法まで、ふしぎな生態をやさしく紹介。

#### ★『ホテルイカ』(E/ヤ)

新しくオープンしたイカのホテル、ホテルイカ。「わ〜お。イカしたホテルじゃなイカ」。イカのお客さんたちは大喜び。ところがそこへ、タコデビルがおそいかかってきて…!? ダジャレが満載のイカした絵本はイカが?

燕市立図書館の貸出カードをお持ちの方は、ホームページ(<http://www.lib-city-tsubame.niigata.jp/>)から予約できます。



●燕図書館 ☎0256-62-2726 ●吉田図書館 ☎0256-92-7650 ●分水図書館 ☎0256-91-3255

### みんなの掲示板

#### とっても楽しい昆虫教室

三燕みどりの森公園には、たくさんのお虫がいます。街の真ん中にある自然豊かな公園で、昆虫を見つけてみませんか?

■8月1日(出)・2日(月) 午前9時〜11時30分(予定) (小雨決行) 所三燕みどりの森公園(道の駅地産センター隣) 園道(子どもを含む家族) 定各日20組 料1人200円  
 持ち運びやすい服装、帽子、飲み物、マイカップ 日7月31日(金)まで ネットワークみどり緑(長谷川) ☎090-3080-6664

#### 広報つばめ8月合併号(8月1日発行)について

広報つばめ8月1日号と15日号の合併号として発行します。8月15日号の広報発行と自治会長を通じた配布物はありませぬので、ご注意ください。  
 関 地域振興課 広報広聴係 ☎0256-77-8363