



令和6年4月1日から 相続登記が義務化されました



相続登記の申請義務化

- ◆相続等によって不動産を取得した相続人は、その所有権を取得したことを知った日から3年以内に相続登記が必要です。
- ◆相続登記の申請の義務化は、令和6年4月1日以前に相続の開始があった場合についても適用されます。
- ◆正当な理由なく義務に違反した場合、10万円以下の過料が科される場合があります。

相続人申告登記

①所有権の登記名義人について相続が開始した旨と、②自らが相続人である旨を、申請義務の履行期間内（3年以内）に登記官に申し出ることにより、相続登記の申請義務を履行したものとみなされます。

詳細は、法務省ホームページ（QRコード）をご覧ください。最寄りの法務局にお問い合わせください。

【問い合わせ先】青森地方法務局登記部門 電話017-776-6231（音声案内2番）



漢字熟語しりとり挑戦!



ルール

- 1 上下左右に隣り合う2文字以上の漢字を繋げて熟語を作ります。
- 2 熟語の最後の文字が次の熟語の頭文字になります。
- 3 最後に使わなかった漢字を並べ替えて、言葉を作ってみましょう。

スタート

花	書	留	差	出	書	来	年
見	積	郵	較	人	少	将	度
生	利	便	日	口	減	明	肝
方	用	年	月	子	拍	脈	門
法	廷	生	校	木	学	線	香
野	内	証	転	馬	子	午	辛
安	壊	力	一	機	主	亭	料
打	破	自	慢	心	題	歌	姫

ゴール

〈例〉

答え 縄文土器

学	生	代	金	器
繩	活	時	引	換
用	費	町	扇	氣
水	下	室	子	文
路	地	土	守	歌

応募方法：ハガキかQRコードからご応募ください。QRコードの場合は、Googleへのログインが必要です。



記入事項：答え、住所、氏名、年齢、広報つがるに対するご感想など。

応募先：〒038-3192 つがる市役所 秘書政策課宛

クロスワード正解者の中から抽選で5人に「つがるちゃんマスコットとつがるちゃんクリアファイル」をプレゼントします。(毎月25日必着)

スタート

卒	土	造	花	烏	風	月	光
業	書	院	輓	札	遮	紙	沢
式	辞	車	馬	値	待	芝	居
光	泊	中	術	策	期	氷	間
窓	船	護	身	略	家	政	婦
辺	応	援	糖	平	雲	器	人
境	反	色	度	胸	星	衛	工
内	耳	炎	偶	鬪	基	師	匠

ゴール

3月号の答えは「遮光器土偶」でした。54名様より応募していただきました。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

健康 万歩計

健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

神村典孝先生

かみむらクリニック泌尿器科・内科 院長

過活動膀胱、フレイル、(軽度の) 認知機能低下高齢者

過活動膀胱に関しましては以前にもこのコーナーでご紹介しましたが、今回は少し患者さんを絞ってお話したいと思います。まず過活動膀胱ですが「尿意切迫感を必須症状とし、通常は夜間頻尿と(昼間)頻尿を伴う症状症候群である」とされます。何だかもう難しいですが尿意切迫感とは急にくる強い尿意(おしっこをしたいという感覚)ということで、患者様がよくおっしゃるのは「水に触れただけ、あるいは水道の音を聞いただけでトイレに行きたくなる、漏れそうになる」という状態のことです。大概の方がそれだけでは済まず、頻尿(尿が近い、夜間あるいは昼間も)、トイレの前で少しちびってしまう(切迫性尿失禁)という言い方をされます。患者様の年齢層は広く20代から90代にまで広がりますが実臨床では患者の過半数が75歳以上であるとされ、私の日々の臨床での実感と大体合います。今回はご高齢の方の過活動膀胱に絞ってお話します。

ここでタイトルに出した「フレイル」という言葉。比較的最近使われ始めた言葉ですが、加齢に伴う様々な臓器機能低下によって外的ストレスに対する脆弱性が亢進した状態とされます。あっさり定義されますが、ここでいう外的ストレスとは感染症(新型コロナも含まれる)、事故(西北五地域では農業に関連したものも多いですね)、手術などのダメージとでも言いましょうか。要するにちょっとしたことで要介護状態になってしまうような状態のことです。

もう一つ。冒頭の「(軽度の) 認知機能低下高齢者」は普段の生活に支障をきたすほどではないが記

憶などの能力が低下し、正常とも認知症とも言えない状態の高齢者ということで、約半数が5年以内に認知症に移行するとされます。過活動膀胱とフレイルや認知機能低下の関係が最近注目されてきています。過活動膀胱とフレイル、認知機能低下との間の因果関係は明らかにされていませんが過活動膀胱に伴う様々な排尿に関する症状(夜間頻尿や尿失禁等)は大きな外的ストレスであり認知機能低下を押し進めてしまう要因となりえることは容易に想像のつくことです。日本における65歳以上の認知症患者の数は600万人(2020年)と推計され、2025年には約700万人(高齢者の約5人に1人)にのぼると予測されています。こうなりますと最近癌の分野で言われるように、まず「自分は程度の差こそあれ認知症になるんだろうな」と認識するべきでしょう。認知症になるのをできるだけ先延ばしする、これが非常に重要になります。

フレイルや認知機能低下高齢者の過活動膀胱に対する治療は一般患者と大きく異なりません(薬物治療)が、行動療法と言われる骨盤底筋体操や膀胱訓練の実施が今まで以上に推奨されるようになってきています。また減量は尿失禁に対し有効であることが多いですが、フレイル患者に対しては不適切であることもあり個別の生活指導も求められるようになってきています。日本自体が世界ナンバーワンの高齢化社会ですが青森県、中でも特にこの西北五地域はその典型例といえます。排尿の問題が気になっているようでしたら早々の医療機関受診をお勧めします。

UNDER THE SAME SKY
G Radio 76.7 FM
FM しょがわら
つがる市広報だより 放送
毎週月～金曜日(朝・夕) 8時30分～ 8時35分
16時30分～ 16時35分

広告
それは後鼻漏!?
鼻水がのどに流れたりしませんか?
いわや薬品 新町本店
【健康相談】 (34)3939
お気軽に
ご相談下さい
駅前店 (34)5088
エルム店 (33)6742