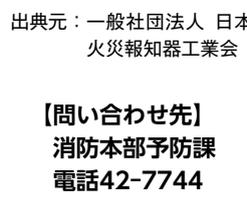


「住宅用火災警報器」の設置は、消防法により義務化されています！

とりかエール通信

住宅火災報知器の「？」を、マンガで紹介するよ！



出典元：一般社団法人 日本火災報知器工業会

【問い合わせ先】
消防本部予防課
電話42-7744

漢字熟語しりとり挑戦！

ルール

- 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。
- 熟語の最後の文字が次の熟語の頭文字になります。
- 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。

〈例〉

答え 縄文土器

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

学	生	代	金	器
縄	活	時	引	換
舟	費	町	扇	気
水	下	室	子	文
路	地	土	守	歌



スタート

花	火	星	座	行	者	内	総
給	自	平	談	歩	天	国	生
率	料	食	会	牛	鬪	業	産
直	能	天	気	津	奮	革	命
射	知	工	候	力	戦	営	運
日	光	人	変	視	用	利	野
軽	合	成	動	体	水	路	肩

ゴール

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「つがるちゃんマグカップと遮光器土偶コルクコースター」をプレゼントします。(毎月25日必着)

スタート

海	行	方	場	画	脂	肪	率	先
水	品	正	念	談	体	里	観	入
浴	用	浜	顔	笑	球	植	業	長
室	代	鉛	包	豆	電	物	産	展
町	時	筆	七	納	交	社	会	覧
日	念	記	吸	収	辞	舞	台	本
進	道	路	呼	式	命	鼓	開	演
月	歩	地	裏	腹	和	太	題	名

7月号の答えは「七里長浜」でした。40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

中村 元美 先生

(医) 守生会 中村整形外科医院

『下肢静脈瘤と深部静脈血栓症』

産後、気づいたらふくらはぎの血管がポコポコ浮き出していた、なんてことはありませんか。それは、下肢静脈瘤かもしれません。血管は動脈で体に酸素や栄養を送り、静脈で心臓に還ってきます。足は心臓から一番遠くにあり、足の血液は重力に逆らって心臓方向へ戻らなければならないため、静脈には逆流防止弁がついています。この弁が壊れて機能しなくなると、血液が逆流し、足に血液がうっ滞して静脈が太くなったり蛇行したりします。これが下肢静脈瘤です。症状が悪化すると痛みやむくみを伴います。また、炎症を起こしたり、色素沈着などの合併症を引き起こしたりする可能性もあります。

静脈瘤は女性に頻度が高く、特に妊娠してお腹が大きくなると下肢の血流が悪くなり、足に血液が溜まりやすくなるので発症率が高くなります。さらに、年齢が高くなると弁が壊れやすくなったり、血管が弱くなったりして静脈瘤ができやすくなります。また、立ち仕事が多い人の場合、足に血液が溜まりやすいため、発症率が高くなります。静脈瘤は小さく細かなものから大きなものまであり、小さい静脈瘤を含めると、15歳以上の人々の43%に見られるという調査結果があり、とても頻度が高い病気です。

静脈瘤の治療には、弾性ストッキングなどで下肢を圧迫し静脈血の環流を良くする圧迫療法、静脈を結紮して逆流を止め、静脈瘤に直接硬化剤という薬

を注射して静脈瘤を潰してしまう結紮術併用硬化療法、手術で静脈を引き抜いてしまうストリッピング手術や、高周波やレーザーを用いた血管内治療などがあります。

そして、一番問題となるのが、静脈の血流がうっ滞すると、血管内に血液の塊（血栓）ができやすくなることです。下肢の深いところにある静脈に血栓ができると深部静脈血栓症といい、足に変色や腫脹をきたします。「エコノミークラス症候群」と呼ばれている病気も同じで、飛行機の中で長時間同じ姿勢で座ったまま足を動かさない状態していると、深部静脈に血栓ができ、席を立つなど足を動かした時にその血栓が血流によって肺動脈に流れつき、詰まってしまう病気（肺塞栓症）です。手術中や手術後の長時間の臥床など血流がうっ滞しやすい状態、また、脱水など血液が凝固しやすくなっている場合にも深部静脈血栓症を起こしやすくなります。肺塞栓になると、すぐに血栓を溶かしたり手術で取り除いたりしないと命の危険があるため、弾性ストッキングを着用して予防することが大事になります。

今は、医療用のものだけでなく着圧ストッキングなど市販されておりますので、静脈瘤のある方、浮腫みやすい方は普段から履いておくのと良いでしょう。立ったままや椅子に座ったまま長時間過ごすことは避け、適度に運動をしましょう。

土砂災害防止法に基づく3巡目基礎調査の実施

本市（旧木造町）においては、土砂災害防止法に基づく現地調査を行い、平成22年度に土砂災害警戒区域等の指定が完了し、警戒避難体制の整備を進めています。法律により、おおむね5年ごとに地形の改変等、社会情勢の変化を反映させるための基礎調査を行うこととされているため、今回現地調査を実施します。対象となる土砂災害は「急傾斜地の崩壊」「土石流」「地すべり」の3つの現象で、本市（旧木造町）では「急傾斜地の崩壊」が8箇所指定されています。

指定箇所の所在地 ①筒木坂松本 ②館岡田小屋野 ③丸山簾沢 ④筒木坂坂本 ⑤館岡沢根 ⑥館岡亀山
⑦館岡上稲元 ⑧菰槌三好野

この調査のため、調査員があなたの土地に立ち入り、斜面等の状態を確認することがあります。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださるようお願いいたします。なお、調査員は西北地域県民局長が発行する身分証明証を携帯していますので、不審な場合は身分証明書の提示を求めてください。

【問い合わせ先】 西北地域県民局地域整備部河川砂防施設課 電話34-2111
つがる市防災危機管理課 電話42-2111（内線344）