

## 難病ALSの患者と家族に希望の光!

# コミュニケーションを支援するヘルパーの派遣に関する制度を確立

全身の筋肉が萎縮することで筋力が低下し、運動機能に重大な障がい及ぼす神経系の難病ALS(筋萎縮性側索硬化症)。西原町では平成24年6月に「西原町重度障害者等入院時コミュニケーション支援事業」の運用を開始し、ALS患者とその家族への支援体制を構築しました。

ALS患者の家族を介護している町民から、福祉部介護支援課に要請があったのが平成24年4月。病院に入院中の患者が医師や看護師とコミュニケーションを取るため、支援を要請する内容でした。

重度ALS患者のこの方は、常に呼吸器を装着していたため、目線の細かい運動などのささいな動きを感じてコミュニケーションを取るほかありませんでした。そのため、普段から接する機会の多い家族やヘルパーの介護が欠かせません。しかし入院すると、家族以外の介護は病院の看護師以外認められていないため、ヘルパーが利用できず、その分家族への負担となっていました。

平成23年7月に厚生労働省が重度ALS患者への支援について見直しを図り、患者のコミュニケーションをサポートするヘルパー派遣を認めました。さらに西原町では患者の家族などからの要請を受け、平成24年6月に県内で初めて、患者のコミュニケーションを支援する事業を開始しました。この方の家族は、入院時の介護が大きな負担になり、過労でダウンするほどでした。支援事業が整備され、1日最大4時間まで、1割の自己負担でヘルパーを利用できるようになったことで「以前は、病院を離れているときもずっと気になり、体も心も負担が大きかった。ヘルパーに任せている間は、精神的に安心できます。患者本人も笑顔が増えました。」と話しました。

日本ALS協会沖縄県支部の新里美津江事務局長は「西原町からスタートした動きが他市町村にも波及している。」と、西原町の取組みに感謝しました。

本事業に関するお問い合わせ 福祉部介護支援課 ☎945-5013

## 保健師 たより 増えている大腸がん。。。

# 大腸がんは高脂肪食が原因だったの!?

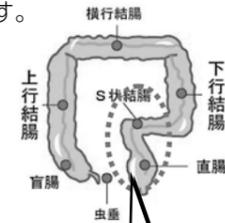
沖縄県は大腸がんの年齢調整死亡率が全国4位と、大腸がんにより亡くなる方の多い県です(平成22年人口動態統計、人口10万人対)。また、大腸がん検診受診率は全国に比べて低く、早期発見のチャンスを逃しています。西原町も大腸がん検診受診率は26.8%(平成23年度)と、国が目標とする50%にはまだまだ遠い現状です。

そんな大腸がん。実は脂肪の摂取が多いことと大きく関わりがあるのです。

### ■大腸がんの9割は食事に関係します。

#### ●高脂肪食は発がん物質を増やす!

脂肪の多い肉などを食べると、消化液である胆汁の分泌が増えます。大腸の中にある細菌には、胆汁を二次胆汁酸という発がん物質に変えるものがあります。高脂肪食をたくさん食べて、たくさん胆汁酸が分泌されると便中の二次胆汁酸(発がん物質)が増加し、大腸がんを引き起こします。ベーコンや沖縄そばなど、油脂の多い食品の摂取が多い沖縄県は、他県に比べ大腸がんの発生リスクが高いのです。



主にこの部分に便が蓄積され、大腸がんが発生しやすくなっています。

#### ●食物繊維はとても大事

食物繊維は便を酸性にして、二次胆汁酸をつくる細菌を減らしてくれます。また、食物繊維をたくさん食べると便の量が増えて、発がん物質である二次胆汁酸を薄めてくれると同時に、便秘が改善し二次胆汁酸が大腸の粘膜を刺激する時間も短くなります。

#### ■大腸がん気づくには

大腸がんは早期発見すれば、完治の可能性が高いがんですが、進行するまで自覚症状はほとんどありません。

便潜血反応検査(2日分の便の一部を採取する検査)が早期発見には有効とされています。

みなさんも、食事と検診の2つで大腸がんを予防しましょう!

※年齢調整死亡率とは、年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるようにするための死亡率のこと。

# 国民健康保険加入者以外の受診券はどうなるの?

これまで4月ごろに送付していた健診受診券は、

## 平成25年度からは、

## 下記の方を対象に健診受診券を発行します。

★20代30代健診 ⇒ 20歳~39歳の男女のうち、

★子宮頸がん検診 ⇒ 20歳以上の女性のうち、

★乳がん検診 ⇒ 30歳以上の女性のうち、

★胃、肺、大腸がん検診 ⇒ 40歳以上の男女のうち、

・家族の扶養に入っている方  
・仕事に就いているが、職場での健診機会がない方

これまで、20歳から74歳のすべてのみなさんに受診券を送付していましたが、平成25年度から、職場等で健診の機会があると思われる方には受診券を送付しません。受診を希望する方は、ご連絡いただければ受診券を発行します。お手数ですが、福祉部健康推進課の窓口またはお電話での手続きをよろしくお願いします。

お問い合わせ 福祉部健康推進課 健康予防係 ☎945-4791

# 国保加入の40歳~74歳のみなさんへ!

受け忘れて  
いませんか?

# 特定健診

お急ぎ  
ください

## 受診期限は3月30日です

## 健診でああなたの健康状態をチェック!!

※受診の際は、「受診券」と「保険証」が必要です。

※受診方法は、①個別の病院で受ける特定健診 ②人間ドック のいずれか1つを選択して受診

※職場健診を受けている方は、特定健診と同じ健診内容であれば、特定健診を受診したとみなすことができます。健診結果の写しを役場へ提出するようご協力をお願いします。

お問い合わせ 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791 (内線 160)