

その息切れ、本当に年齢のせいですか？
COPDのせいかもしれません！

COPD (慢性閉塞性肺疾患) は、別名“肺の生活習慣病”とも呼ばれています。
国の調査では、40歳以上の約530万人^{*1}がCOPDとされていますが、実際に治療を受けているのは、わずか22万人^{*2}で自分では気づきにくい病気と考えられます。

※1) Fukuchi Y, et al. COPD in Japan. Respirogy 2004;9:458-465

※2) 厚生労働HP 平成29年患者調査の概況

こんな習慣・症状に心当たりはありませんか？

- ◆ たばこを長期間吸っている、または以前は吸っていた
- ◆ 坂道や階段の昇り降り、息切れするようになった
- ◆ 1日に何回も咳が出る
- ◆ 透明～白色、黄色、緑色などの痰がよく出る



COPDは咳や痰、息切れなど、風邪や加齢の影響と混同されがちですが、重症化すると1日中酸素を吸入しないと生活できなくなってしまう。

「COPDかもしれない」と思ったら…

COPDは、気づかないうちに進行する病気です。早期に発見・治療すれば、進行を遅らせ、治療の効果を期待できます。続く咳や痰、息切れなどの症状がある方は、かかりつけ医に相談するか、呼吸器内科を受診してみましょう。

COPDの最大の原因は、たばこの煙です。



COPD患者の約90%が喫煙者^{*3}とされています。とくに何年もたばこを吸い続けている人、1日何本も吸う人は危険性が高くなります。できるだけ早く禁煙する必要があります。医療機関で禁煙の治療をすることもできます。

※3) 「COPD診断と治療のためのガイドライン」第5版／一般社団法人日本呼吸器学会

- 現在、製薬会社からの禁煙治療薬の供給が停止しており、禁煙治療を一時休止している場合があります。禁煙治療を希望される場合は医療機関にご相談いただくか、健康推進課までお問合せください。

深浦町には、禁煙したい方を応援するために「禁煙外来治療費助成制度」があります。禁煙にチャレンジしてみようと思う方は、**受診前**に下記までご相談ください。

健康推進課 ☎ 82-0288



『健康こそ宝』

深浦町保健協力員会総会・研修会が4月27日、町民文化ホールで開催され、新任2人に委嘱状が交付され計138人が健康づくりをサポートする保健協力員として活動されます。

総会後の研修会では、歯学博士米満正美氏から「人生100年時代とオーラルケアの重要性」について講演をいただきました。

保健協力員の方々は、下記のとおりです。



深浦町保健協力員名簿

令和4年4月1日現在

担当地区	氏名
船作	山内 志保子
	黄金崎 百合子
	山中 テツ子
横磯	大沢 えり子
	熊谷 裕子
	栗谷 明子
	熊谷 美智子
	村上 智恵子
3区	赤石 いち子
	上田 茂子
	野呂 昭子
	木村 ツヤ子
	堀内 せい子
	山本 富美子
	小野 友子
4区	柏倉 百合子
	兼平 はつよ
5区	佐藤 京子
	原田 佐保利
6区	葛西 歌子
	浦谷 みつ
	葛西 美幸
	住吉 千代
	上田 玲子
7区	佐藤 喜久江
	竹越 睦子
	山田 律子
川原町	山本 陽子
	坂本 美保子
	紀本 萬里子
崎の町	松本 睦子
	平沢 弘子
	今まり子
	堀江 八重子
	大高 範子
12区	秋元 陽子
	成田 清子
	岩根 祐子
	小角 久子
	岡田 恭子
長慶平	秋元 誠子
	神 早苗
東野	伊藤 由希子
	八木沢 松子
広戸	野呂 喜美子
	前田 由美子
	浜田 なり子
	工藤 治子
	山本 静子
角谷 千恵子	小山内 恵美子
	角谷 千恵子

担当地区	氏名
相野山	張 摩 シゲ子
	黒滝 三千子
塩見崎	板谷 ひとみ
	徳田 みち子
	大沢 すみ子
	平岡 優子
松原	田中 昭子
	吉田 玲子
轟木	福沢 若菜
	吉田 茂子
	平沢 美保子
	佐藤 孝子
	野呂 艶子
風合瀬	山本 てる
	一戸 てさ子
	三浦 紀枝子
	一戸 マリ子
	一戸 陽子
晴山	蛇川 友子
	坂崎 久美子
	佐藤 梅子
田野沢	大船 由利子
	兼平 優子
	兼平 鈴子
	小野 とみ子
	兼平 敬子
北金1区	山崎 とも子
	古川 馨
	木村 恵利子
北金2区	中原 加代子
	福田 智子
	伊藤 満由美
	根上 るみ子
	長谷川 やし子
北金3区	奥口 敏子
	古川 信子
	古川 貴子
	小野 陽子
	杉野森 和江
関	大黒谷 澄子
	七戸 信子
	越 桂子
	島 陽子
	吉田 綾子
柳田	田村 隆子
	田丸 美奈子
	伊東 育子
世永 恵美子	米谷 富貴子
	世永 恵美子

担当地区	氏名
岩坂	藤田 聖子
	小山内 則子
沢辺	藤田 せつ
	佐藤 徳子
	大谷 正子
	大神 馬佳子
岩崎下	鶴田 悦子
	堀内 宏子
岩崎中	佐藤 靖子
	齊藤 セツ子
岩崎上	菊池 ひとみ
	七戸 有子
	菅森 真恵子
正久	菊池 由佳
	川村 眞喜子
	奥村 賀津子
	日沼 悦子
	堀内 百合子
森山	鎌田 和恵
	亀川 おつ子
	村山 美奈子
松神	原田 てる子
	川村 三恵子
黒崎	藤原 誠子
	柴田 喜多子
	平沢 栄美子
大間越	小山内 百合子
	七戸 貞子
	石井 真由美
伊藤 恵美子	岩本 恵
	熊谷 たか子
	田崎 紀枝
伊藤 恵美子	熊谷 光子
	蝦名 志美子
伊藤 恵美子	菊池 悦子
	川村 綾子