

クリニック通信

はなみずき



7月1日から特定健診が始まりました。できるだけ早めにお受けください。

7月28日(金)29日(土)は、三輪英人医師は休診です。三輪隆子医師が代診します。よろしくお願いします。

次のオレンジカフェは7月20日(木)です。



認知症予防のための聴覚検診

特定健診が始まりました。

西東京市医師会では、今年度から『認知症予防のため聴覚検診』を公益事業として実施します。超高齢社会になり認知症の方は今後も増加すると予測されます。認知症予防は健康寿命を延ばすためにも重要です。その中で、難聴も認知症のリスクとなる可能性が指摘されていますが、はっきりとしたデータはありません。

この検診では、特定健診と同時に、簡易聴力検査と簡易認知機能検査を行うことで、難聴が認知機能低下にどのように影

響するかを検討することを目的とします。

対象者は、西東京市民で、平成30年3月31日時点で65歳・70歳・75歳・80歳になる方です。市で行う特定健診や一般健診(後期高齢者)の受診券をお持ちになり健診を実施する際にこの検診を希望される方です。

検査の内容は、健診実施時に検査の説明をし同意をいただいた場合に、健診実施期間で通常の健診と同時に認知症スクリーニング検査(MMSE)を実施します。その後耳鼻科を受診いただき、簡易聴力検査を実施します。今年検査いただいた方は、経過を見るために3年間検査にご協力いただきます。本検査では費用は発生しません。しかし、検査で異常が見つかった場合、精密検査をお勧めするときには医療保険での実施になりますので、保険診療代がかかります。対象となる方には、医師が詳細を説明いたします。どうぞよろしくご協力お願いいたします。

Dr. みわの一口コラム：キャンプに行ってきました！

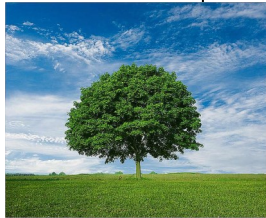


先月、ふと思い立って富士山麓の静かな林間キャンプ場に行ってきました。テントを張り、ささやかな焚火・バーベキューをして、ゆったりと時間を過ごしました。あいにくの曇り空で富士山は雲の中でしたが、一晩中ホトトギスやウグイスの囀り声がして自然の癒しを感じることができました。広いキャンプ場をぐるりと散歩してみたのですが、子連れファミリー、若いカップルや数人のグループまで、慣れた感じでさまざまな工夫をこらしてアウトドアを楽しんでいました。我が家のテントは本当に小さい軽量山岳用テントですが、家族キャンパーのテントはまるで家みたいに立派で、大きなタープ(ポールでささえる布製の日よけ)の下にテーブルがあり、まるでリビング(撤収するのもったいないなあ)。子供たちの楽しげな声が自然の中に響いています・・・家に帰ったら宿題と塾通いかな？



米国で認知症の発症率が減ってきた？

2017年の初めにアメリカから報告された研究結果（これは権威ある学術誌に発表された科学的根拠のあるデータです）に注目が集まっています。アメリカで行われた全国調査によって、**65歳以上のアメリカ人において認知症の発症率が低くなってきていることが明らかにされた**のです。すなわち、認知症になりにくくなってきたかも、ということです。2000年当時、米国では65歳以上の高齢者の約11.6%が認知症を患っていましたが、2012年にはそれが約8.6%にまで減少していたということです。



この結果は素晴らしいものなのですが、ここで問題は「どうしてか？」ということです。ある出来事が見つかったとき、それがなぜかを科学的に突き止めることは簡単ではありません。一つの可能性と

しては、脳卒中に関連する認知症（脳血管障害性認知症）が減ってきたため、という考えがあります。

一方、教育水準の上昇と関連があるのでは、という意見もあります。高い教育を受けているほど、認知症の発生が低くなることがわかっていますので、知的な刺激が認知症発生を予防しているのではないかと？高い教育を受けている人々は、（収入も高い場合が多いので）より健康な生活をして、かつ医療を受けるチャンスに恵まれているのかもしれませんが（アメリカは日本のように国民皆保険ではありませんから）。いずれにせよ、アメリカで認知症発生が減っているという報告によって、認知症予防の有効な方法を見つけられるのではないかと、という期待が膨らみます。

☆ スタッフから ☆



小学生と中学生の子供の運動会がありました。6年生の娘は最後の運動会です。昨年から組体操は縮小されてしまいましたが、騎馬戦や、6年間選ばれたリレーも頑張り、子供の成長を噛みしめながら見れました。そして、私の父を含めた家族そろって校庭で食べるお弁当も最後だなあと少しさみしく感じました。大変だったお弁当の支度や関取をすることがなくなるのは正直ホッとしましたが（笑）
（受付事務 Y. E.）



クリニック通信のバックナンバーをご希望の方はどうぞ受付までお申し出下さい。



みわ内科クリニック

ホームページもご覧下さい。 <http://www.miwaclinic.net>

西東京市下保谷4-12-2メゾン泉1F

電話 042 (438) 7188 FAX 042 (438) 7187