

日野町におられる医師・歯科医師・薬剤師などの方々から町民の皆さんへ
医療や公衆衛生の面からアドバイスいただくシリーズです

動脈硬化を進行させる高血圧と睡眠時無呼吸のおはなし

脳梗塞、心筋梗塞など動脈血管のつまりる病気が動脈硬化の原因ですが、血液がドロドロでつまりる病気ではありません。もし血液ドロドロが原因ならば、脳梗塞等を起こす前に鼻、耳、皮膚などの数ミクロンの毛細血管が先に目詰まりし、それらが先に壊死するはずです。動脈硬化とは動脈血管の内側の内膜が高血圧や糖尿病で徐々に傷つけられ、厚く硬く、でこぼこになっていくことです。進行していくと最後にこのでこぼこがこぶれ、そこに突然血栓ができて脳梗塞や心筋梗塞を引き起こすのです。

動脈硬化をすすめる主犯は高血圧です。強い圧が直接血管の内膜を傷つけ、動脈硬化をどんどん進行させていきます。たとえ血圧の薬を飲んでいても血圧が安定しなければ、たとえば昼間血圧が低くても起床時や夕食前に高かったり、日々の血圧に上がり下がりの変動があったりすれば、動脈硬化は進みます。現代人には睡眠時無呼吸が多く、睡眠中に何百回も呼

吸が止まることで病気を引き起こしていることが最近分かっています。睡眠の役目は、昼間傷ついた臓器を寝ている間にいやすことにあり、血管も寝ている間に傷が修復されます。しかし無呼吸があると血圧が変動し、かえって血管を傷つけてしまうのです。「いびきをかく」「横向きでない」と寝られない」「毎晩きまった時間にトイレに起きる」「昼間眠い」の症状に加え

「血圧が以前よりも高くなっていた」「ようであれば重症の睡眠時無呼吸が疑われます。動脈硬化は日々の悪い習慣の積み重ねで進んでいき、もとの健康な血管に戻すことができません。よって血圧や睡眠の十分な管理が健康で長生きするための重要なカギとなります。ぜひ血圧、睡眠に目をむけ、あなた自身が主治医となって病気の予防や早期発見につとめてください。



しもいけメディカルクリニック 日野町松尾五丁目59番地3 ☎0748-53-2324

みんなで支え合う国民健康保険

70歳〜74歳の方へ 新しい高齢受給者証を送付しました

高齢受給者証は、70歳の誕生日を迎えられてから、75歳で後期高齢者医療制度に移行されるまでの方にお渡ししています。

該当する被保険者の方へ8月1日からご使用いただく新しい高齢受給者証（水色）を簡易書留でお送りしました。

高齢受給者証がお手元に届いていない場合や、書かれている内容などに誤りがあった場合は、住民課保険年金担当へご連絡ください。

高齢受給者証の使い方

お医者さんにかかるときは、国民健康保険被保険者証（保険証）と、高齢受給者証の2つを忘れずに提示してください。高齢受給者証に記載された自己負担割合分の負担で医療を受けていただけます。自己負担割合は、所得や生年月日により変わります。

● 一般の方：2割／現役並み所得に該当しない方。法律では2割負担となりますが、国の特例措置により昭和19年4月1日以前に生まれた方は、継続して1割負担となります。

● 現役並み所得の方：3割／同一世帯に平成28年中の住民課税所得145万円以上の70歳以上75歳未満の国保被保険者がいる方

古い高齢受給者証（だいたい色）は「日野町役場住民課行」の封筒（みどり色）に入れてポストへ投函するなど、役場にご返却ください。

限度額適用認定証等の更新受付を行っています

医療機関への支払いが限度額までとなる「限度額適用認定証」や自己負担限度額と入院中の食事代が減額となる「限度額適用・標準負担額減額認定証」を対象の方に交付しています。これらの認定証の有効期限は7月31日となっていますので、8月以降も引き続き認定証を必要とされる場合は、事前に郵送した申請書を役場住民課保険年金担当まで提出してください。なお、申請は同じ世帯の代理の方または郵送でも行うことができます。単身世帯などの理由で別の世帯の方が申請を行う場合は、事前に相談ください。

問い合わせ先 ◆ 住民課 保険年金担当 ☎0748-52-6571

温故知新

近江日野商人館(大窪)、近江日野商人ふるさと館「旧山中正吉邸」(西大路)の開館時間は、午前9時から午後4時まで、休館日は毎週月・火曜日、祝日の翌日、年末年始になります。入館料は、大人個人三〇〇円、大人団体(三〇名から)二五〇円、小・中学生一二〇円です。ぜひご来館ください。

日野商人は、商いのかたわら、さまざまな文芸活動に取り組みました。

その内容は、国学・儒学・心学などの学問、俳諧・狂歌・和歌などの詩歌、能・歌舞伎・浄瑠璃などの演芸、茶の湯、陶芸、生花、絵画など多岐にわたっています。これらの文芸活動は、商人自らの交友活動を広げるだけではなく、新たな学問や文化を日野へもたらす原動力となりました。

今回は、その代表的な一人で、樂焼を嗜んだ正野友齋を紹介します。

正野友齋

正野友齋は、日野村井の合薬商正野玄三家の第六代当主です。寛政八年(一七九六)、五代玄三の五男として生まれ、万延元年(一八六一)正月に六五歳で亡くなりました。商才を発揮するかたわら、「友声」「尚考」「素竹」と号し、茶の湯や俳諧を好んだ風流人でもありました。

とりわけ茶の湯への傾倒著しく、自宅の庭に樂焼の窯を築き、自ら茶器を造るほどの熱の入れようでした。友齋の作陶は、武者小路千家の茶人・木津宗詮との出会いをきっかけに始まったと言われています。

木津宗詮は、松平不昧公のもとで茶の湯を学び、一啜齋に師事して、武者小路千家の茶匠となった人物です。開窯の詳細な経緯は残念ながら分

かっていませんが、宗詮を通じて陶家の紹介を受け、宗詮の指導のもとで技法を身に付けたと考えられています。

友齋の樂焼

友齋は、綿向山や中野城跡から採取した土を用いて作陶に励みました。作品のほぼ大半が、茶碗・花入・香合・壺・水指・菓子鉢・水鉢・香炉などの茶の湯にかかわる樂焼で占められています。

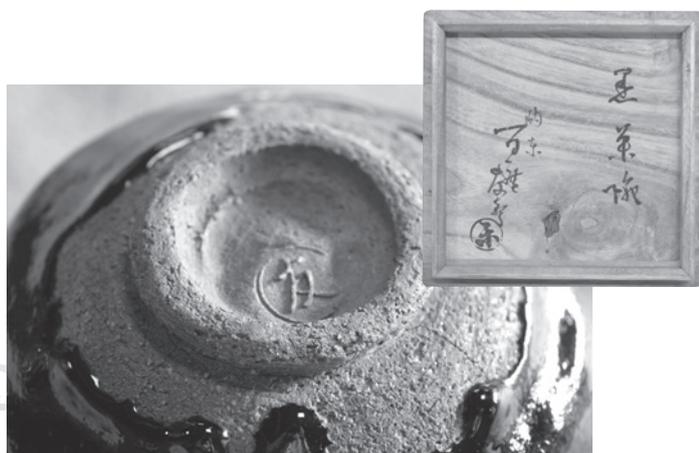
赤・黒・紺・黄・緑の釉薬を総がけに

したものが多く、作品は分厚く、ずっしりとした重厚感のある仕上がりとなっています。作品のほぼすべてに丸型陽刻で「友」の銘が押してあり、木箱には「一日庵友齋」「湖東友齋」などの箱書きが認められています。

当時の茶人たちは、こぞって友齋の茶器を所望しました。



正野玄三家に伝来する古文書によると、贈答先は、日野・八幡・京・大阪の商人、仁正寺藩家中・信楽代官、六角堂家元(池坊)、武者小路千家など多岐にわたっています。



今年の五月、ふるさと館では収集家の皆様の協力を得て、友齋の作品二八点の企画展を開催し、大勢の皆さんにご覧いただくことができました。町内にはまだまだ友齋の作品が眠っているかもしれません。もし、友齋の作品をご所蔵の方がいらっしゃいましたら、ふるさと館までお知らせください。