

市長への  
手紙から

骨密度測定装置の導入を

市では、地域の健康づくり推進員と協力しながら、骨の健康づくりを進めています。  
今回は、骨粗鬆症の講座に参加した永島さんからお便りをいただきました。

【市長への手紙から】

昨年十一月に鷹岡市民プラザで骨粗鬆症のお話を聞かせていただきました。

私は、数年前から腰が悪くなり始めたので、カルシウムの摂取を心がけるようになり、今では、それまで苦手だった牛乳も毎日飲むようになりました。

講座では、毎日のみそ汁にスキムミルクを少しまぜるなどの上手なカルシウムの摂取方法や、骨粗鬆症の予防方法など、保健婦さんから、わかりやすいお話を楽しく聞き、いろいろと勉強になりました。また、参加者の体脂肪率測定もしていただいたので、今後の参考にしたいと思っています。

しかし、お話の中では、市にはまだ骨密度測定装置がないとのことでした。高額なものであり、市民の大切な税金で購入するものではないですが、高齢化が進み、皆さんの関心も高くなってきていると思います。できれば一台ぐらいはあってもいいのではないかと感じました。  
初めて参加して楽しかったので、また機会があれば、と思います。



永島勢統子さん (厚原)

【市長の答え】

骨粗鬆症になると、骨折などをしやすくなるため、お年寄りには寝たきりにつながる恐れがあります。これまでも市では、保健女性センターの保健婦が町内の公会堂や各地区の公民館へ出向いて健康講座を行うなど、地域での骨の健康づくりを進めてきました。

お便りのとおり、高齢化社会の到来とともに、骨粗鬆症予防事業の必要性はより高まっています。こうした中、骨の健康管理に対する自己意識を高め、市民の健康増進を図ることを目的として、平成九年度から「骨の健康相談事業」を実施します。

予定としては、超音波法による骨密度測定装置を保健女性センターに設置し、骨の健康チェックを行うって、日常生活での注意などについて保健婦が相談に応じます。相談は無料、電話予約により一日二十人程度を予定しています。また、開始時期や対象などの詳細については、決まり次第、広報ふじなどでお知らせしていきます。



ふじ



忍び寄る覚せい剤の影 (1)

青少年にまで及ぶ

覚せい剤汚染

平成八年に富士警察署が覚せい剤の所持、密売などで検挙した人数は百四人。県内の検挙者数の一三・三%を占め、県下第一位という不名誉な結果が出ています。

富士市で覚せい剤汚染が進んでいる理由の一つとして、暴力団員の多さが挙げられます。覚せい剤の使用は、サラリーマンや家庭の主婦などの一般市民にまで及んでおり、暴力団の最大の資金源となっています。

例えば、人が多く集まる場所などで、疲れたような表情の人を売人が見つけると、「疲れがスツと取れる」と言葉巧みに近づいて覚せい剤を売りつけるなど、手口は巧妙です。また、長時間眠くならず仕事ができる、と覚せい剤に手を出してしまう人が多いのも富士市の特徴です。

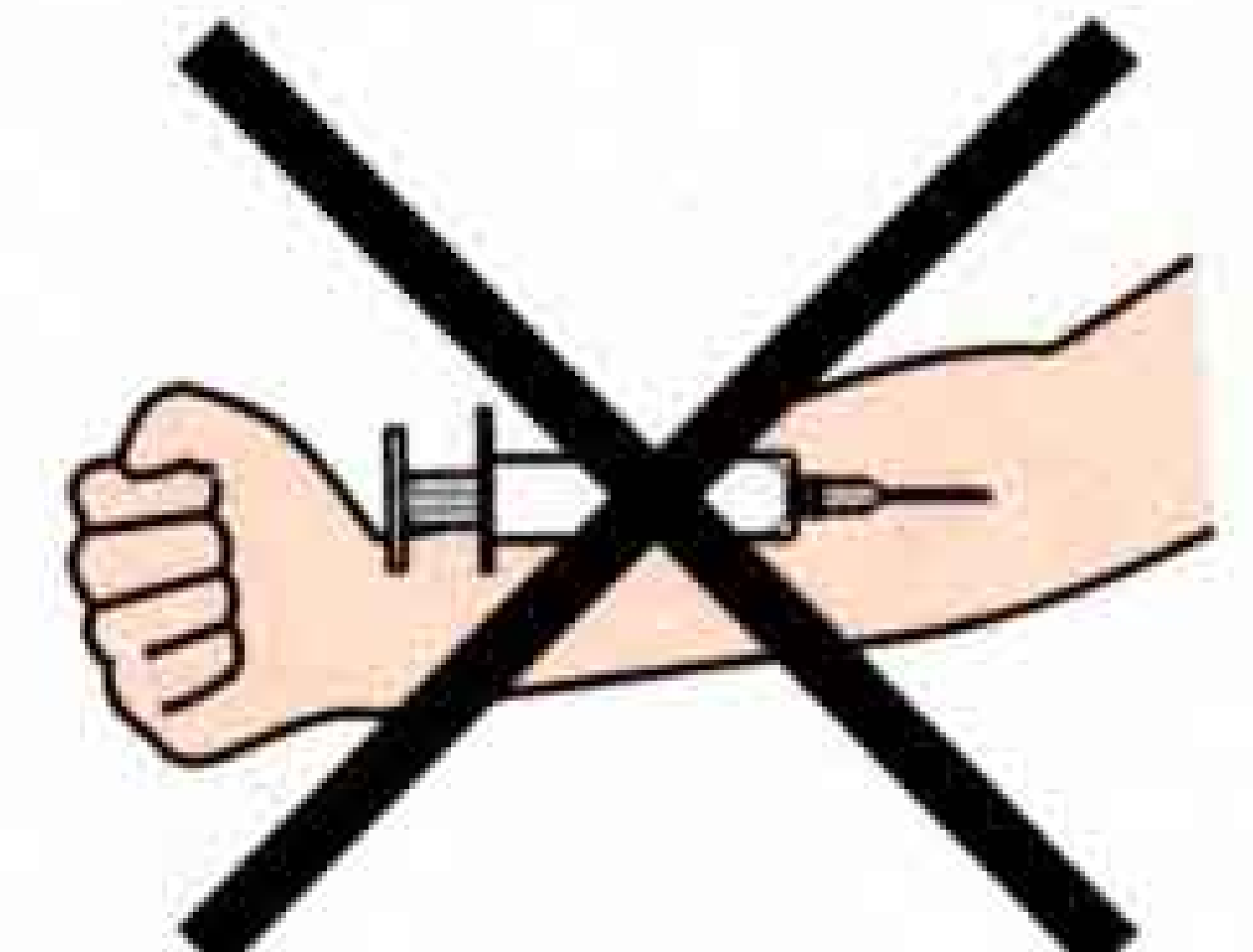
自分や家族を守るために

一般の人は、覚せい剤に関する知識が低いいため、最初は知らずに使用していた、というケースがほとんどです。しかし、青少年が覚せい剤を使用する場合は、その恐ろしさに対する無知が原因です。

覚せい剤には、疲労や眠気がなくなる覚せい作用と興奮作用があります。しかし、その一方、不眠になり体力を消耗、効果が切れると脱力感に襲われ意欲低下、乱用すると猜疑心や攻撃性が増し錯乱状態になるなど、さまざまな恐ろしい副作用が待ち受けています。

使用方法は、白濁結晶を水に溶かして静脈注射するのがほとんどですが、飲料に溶かして飲むほか、最近では加熱して煙を吸入する方法もふえています。俗称として、「シヤブ」「スピード(S)」「アイス」とも呼ばれています。

もしかししたら、あなたの近くにも魔の手が伸びてくるかもしれません。たまには家族で、覚せい剤について話し合うことも必要ではないでしょうか。



最近では全国的な傾向ですが、使用者の低年齢化も大きな問題です。「二度だけなら大丈夫」「何となくおもしろそう」な