



## 頭の痛い話

320。これは一体、何の数でしょうか。

実は最新の世界的な研究での頭痛の種類です。頭痛だけでこんなに沢山あるんですね。何とアイスを食べた時の頭痛も入っています。

頭痛は大きく分けると「原因になる病気がある頭痛」と「原因になる病気がない頭痛」とに分かれます。「原因になる病気がある頭痛」では、くも膜下出血や脳出血など有名なものもありません。特にくも膜下出血では「突然」「殴られたような」頭痛であることが多いです。また脳だけではなく、首や歯などの一見関係の無さそうな所に原因がある場合もあります。他にも蓄膿(副鼻腔炎)でも頭痛を起こしますし、緑内障のような目の病気でも、通院していないと頭痛を起こすことがあります。

一方で「原因となる病気がない頭痛」には、主に片頭痛、緊張型頭痛があります。

片頭痛は小学生～高校生の女性に始まることが多く、月に何度か、動けずに寝込むような頭痛があり、吐くことも

多く、とても辛い頭痛です。日本では毎日約60万もの人に片頭痛が出て苦しんでいます。診断を受けていないことも多く、自分で市販薬を飲んで何とか対処している人もいます。しかし徐々に市販薬の量が増え、1カ月で100錠以上も飲む習慣が出来てしまうような、薬物乱用に伴う頭痛を引き起こすことがあります。頭痛がひどいと学校や職場に行けず、行けても集中できないという問題もあります。片頭痛には有効な薬があるので、治療により生活が改善できます。

次に世の中で多いのは緊張型頭痛で、夕方にかけて痛みが増し、肩こりもあり、動くことで楽になります。この頭痛には首のやさしいマッサージや運動が有効です。

頭痛というのは軽く見られがちですが、本人はとても困っていることが多いのです。今は頭痛外来という専門外来も、大きな病院にはあります。頭痛の診療は正直難しいです。それでも患者さんの生活を楽にするためには、我々が適切に診断、治療しなければなりません。医者にとっても、頭が痛い病気なのです。

町立病院医師の  
気になるつぶやき  
小鹿野中央病院 藤田 和樹



## 地域医療講演会を開催します ～人生会議を始めよう～

「いつまでも住み慣れた地域で、自分らしく安心して暮らしたい」とは、多くの人の願いであると思います。「人生会議」とは、高齢や療養生活が必要になっても自分らしい生活を送ることを目的に、家族や身近な支援者とともこれからの生き方について話し合っておくものです。思いがけない病気での後の生き方を考え直す必要に迫られたときも、治療方法を主体的に選択する助けになります。

「人生会議」を実際に医療現場で取り組んでいるユニークな医師を講師にお招きしました。この機会にぜひ人生の主人公である自分自身について考えてみませんか?

日時 ● 11月2日(土) 10:00～11:30

場所 ● 小鹿野文化センター・大会議室

講師 ● 広島県 北広島町雄鹿原診療所 東條環樹先生

### 講師紹介

自治医科大学卒業後、広島県のへき地医療に携わり、健康増進・予防から在宅緩和ケアまで地域の元気を増進する地域包括ケアに取り組む。広島大学、岡山大学の臨床教授として後進の育成にも当たっている。2014年「第1回やぶ医者大賞」受賞。

## 統計調査にご協力ください

### ■ 経済センサス・基礎調査(総務省所管統計調査)

全国のすべての事業所及び企業を対象に行われ、小鹿野町の実施時期は10月から来年3月までの予定です。

これらの調査結果は、国及び地方公共団体における行政施策の立案や、民間企業における経営計画の策定など、社会経済の発展を支える基礎資料として広く利用されます。

### ■ 労働力調査(総務省所管統計調査)

国民の就業・不就業の状態を明らかにするため、都道府県を通じて行われます。小鹿野町では、11月から三山地区(間明平、楚里)を対象に調査を行います。

いずれの調査も調査対象となる世帯や事業所等を訪問する統計調査員は、『調査員証』を携行しています。

調査へのご理解とご回答をよろしくお願ひします。

問合せ ● 小鹿野庁舎・総務課 ☎75-1221

## 特別障害者手当・障害児福祉手当のご案内

日常生活において常時介護を必要とする在宅の重度心身障害者に対して、次のような制度があります。

### 【特別障害者手当】

対象 ● 20歳以上で、日常生活において常時特別の介護を要する在宅の重度障害者

支給内容 ● 月額27,200円(2,5,8,11月に3カ月分を支給)

支給対象とならない人

- 本人又は同居親族の所得が一定以上ある場合
- 施設等に入所している場合や病院等に継続して3カ月を超えて入院している場合

### 【障害児福祉手当】

対象 ● 20歳未満で日常生活において常時介護を要する在宅の重度障害児

支給内容 ● 月額14,790円(2,5,8,11月に3カ月分を支給)

支給対象とならない人

- 本人又は同居親族の所得が一定以上ある場合
- 施設等に入所している場合や障害を事由とする年金を受給している場合

※特別障害者手当と障害児福祉手当の申請は随時受け付けていますので、該当すると思われる人は、お問い合わせください。

問合せ ● 保健福祉センター・福祉課 ☎75-4109  
埼玉県秩父福祉事務所 ☎22-6228

## ご存知ですか 「行政相談週間」10月7日(月)～13日(日)

この週間は、行政相談制度を広く広報し、国民の皆さんにこの制度を利用していただくため、全国的に実施しています。

町でも、総務大臣から委嘱された行政相談員が行政相談所を開設して、皆さんからの相談をお待ちしています。

役所の仕事などについて、「分からない」「説明に納得できない」「処理が間違っているのではないか」などの苦情や要望を受け付けています。

このほか、総務省関東管区行政評価局でもご相談を受け付けています。

「行政苦情110番」

☎0570-090110 FAX048-600-2336

[http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/hyouka/soudan\\_n/index.html](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/hyouka/soudan_n/index.html)

## 2020年版埼玉県民手帳の販売



寸法 ● 縦14cm×横9cm

色 ● 黒、グレイッシュブルー

※ともに2020年版から升目式に統一となりました。

価格 ● 550円

※2020年版から50円値上がりしました。

毎年好評をいただいている埼玉県民手帳(2020年版)を販売します。

販売期間 ● 10月11日(金)～12月13日(金)

※県内の一部の書店では、令和2年2月末まで販売予定です。

販売場所 ● 【町内】村上書店、小鹿野庁舎・総務課、両神庁舎・おもてなし課 【町外】埼玉県統計相談室(県庁第2庁舎1階)、埼玉県民活動総合センター、埼玉県物産観光館「そぴあ」、その他県内一部の書店・コンビニ等

問合せ ● 小鹿野庁舎・総務課 ☎75-1221

埼玉県統計協会 ☎048-830-2330