

健康里から づくりの

認知症サポーター養成講座開催
認知症を正しく知って
地域で支えよう！

認知症になっても、住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせる地域。そんな町を目指して、町では町民のみなさんが認知症を正しく理解することができるよう、講座を開催します。

地域で暮らす認知症の方や、その家族へどのように接してあげたらよいかを学んでみませんか。講座といっても堅苦しいものではありません。みんなで楽しく認知症について学びましょう！

日時 2月27日(月)
14:00~15:30
場所 保健福祉総合センター
講師 認知症キャラバン・メイト(研修受講修了者)
対象 認知症に興味のある方
参加費 無料

参加希望の方は、2月22日(水)までに電話でお申し込みください。

講座を受講された方には、認知症サポーターの証として、「オレンジリング」をお渡します！



申し込み・問い合わせ
保健福祉総合センター内
地域包括支援センター
☎80-3155



「骨密度」が減少すると骨粗しょう症になるといふことは、皆さんご存知のことでしょう。
では骨密度の検査では何がわかるのでしょうか。
今回は、骨密度検査を受けることのできる検査結果を知ることができるのかご紹介したいと思います。
①「骨密度(BMD)」
1つ目は、骨がもろくなっているかどうかを知る代表的な指標の「骨密度(BMD: Bone Mineral Density)」



国保東庄病院
さとう こういち
佐藤 功一 放射線技師

骨密度の検査結果と数値の見方

Density)」です。これは、骨にミネラル(カルシウムなど)がどの程度あるかを示し、骨の強度を表しています。
骨密度は体の成長と共に増加し、ある時期を境に徐々に減少していきます。骨密度が頂点に達し低下し始める時期は男性で約25~30歳前後、女性で約20~25歳前後と言われています。女性においては更年期とともに閉経を迎え、閉経以降は

女性ホルモンであるエストロゲンが減少し、骨密度は著しく下降します。
②「若年成人比較%(YAM)」
2つ目は、骨粗しょう症の診断基準に用いられる「若年成人比較%(YAM: Young Adult Mean)」です。
この指標は、若年成人(20~44歳)の骨密度の平均を100%として、現在の自分の骨密度が若年成人の骨密度に対して何%であるかを表した数値のことです。診断基準は、正常(若年成人比較%の80%以上)、骨減少(若年成人比較%の70から80%)、骨粗しょう症(若年成人比較%の70%以下)と なっています。
③「同年齢比較%」
3つ目は、「同年齢比較%」です。この指標は、同年齢の平均骨密度を100%として、現在の自分の骨密度が何%であるかを表した数値のことです。
上記3つが骨密度検査で知ることのできる代表的な指標になります。
当院ではDEXA法(デキサ法: エネルギーの低い2種類のX線を骨に照射し、骨と他の組織との吸収率の差で骨密度を計算する方法)にて、腰の骨(腰椎)と足の付け根(左右大腿骨近位部)を測定しています。検査は、骨密度装置のベッドに寝ていただき、約10分程度で終了します。
骨密度検査にご興味のある方は、お気軽に当院スタッフにお尋ねください。
問い合わせ
東庄病院 ☎1177



内科	月~金曜日の午前および第1・第3土曜日の午前
整形外科	毎週火曜日の午前(予約制)

(受付時間は午前11時まで)

※救急患者については、休診日および時間外でも24時間体制で診療しますので、電話連絡のうえ来院してください。☎86-1177