



知って防ごう！慢性腎臓病(CKD)

慢性腎臓病(CKD)って？

腎臓の働きが、健康な人60%未満に低下する(健診などでGFRが60未満)、あるいは、タンパク尿が出るといった腎臓の異常が3カ月以上続く状態を慢性腎臓病(CKD)といいます。悪化すると、人工透析が必要となる場合(末期腎不全)や、心筋梗塞や脳卒中などの生命に関わる病気にもなりやすいため、CKDを予防することが大切です。

成人の8人に1人は慢性腎臓病？

現在、日本では成人の8人に1人はCKDと推計され、“新たな国民病”ともいわれています。初期は、自覚症状はほとんどありません。

では、どんな人になりやすいのでしょうか？チェックしてみましょう！

こんな人は要注意！

- ☐ 高齢者
- ☐ 高血圧や糖尿病、肥満などの生活習慣病や、メタボリックシンドロームがある
- ☐ 過去に心臓病や腎臓病になったことがある
- ☐ 家族に腎臓病の人がいる
- ☐ 健診などでタンパク尿が見つかったことがある
- ☐ たばこを吸っている

(日本腎臓病協会ホームページより)



【次号へつづく】

【問】 知覧保健センター

☎ 0993-58-7221

鬼火焚き

学芸員通信 20



鬼火焚きは、正月七日の夜に竹で組んだやぐらや正月飾りを焼く伝統行事で、鹿児島では「オネツコ(鬼焼講)」と呼ばれます。

燃え盛る火や竹のはじける音で、「歳の神」を送り出す儀礼であるとともに、鬼(悪霊)を追い払うとされています。

火に当たったり、あぶった餅を食べると、その年を無病息災で過ごせるとか、竹箆をいぶして牛馬に食べさせると病気をしないといわれています。

かつては子どもたちが中心となって、家々からしめ縄や門松に使った割木をもらい集め、河原や田んぼにやぐらを作って火を付けていました。

現在は、地域の行事として、直近の土日に開催するところが増えていきます。



▲川辺町平山地域の鬼火焚き

**お集まりに最適！
選べるオードブル**

14種類の中から
お好きな3点を！

保存版チラシの
お取り寄せは
お気軽にお電話で！

3点で
1万円!!
(税別)

大好評!!

ご予算に合わせて
お作り致します。
料理内容について
お気軽に
ご相談ください。

寿

3,240円

旬の素材をぐっとおいしく。
宮脇仕出し店
MIYAWAKI SHIDASHI
南さつま市加世田川畑4219番地1

宮脇仕出し店

TEL.0993-52-2457

**南鹿児島の
ペット火葬
専門所**

火葬供養
埋葬供養

安心の低料金



年中無休

☎ 099-261-8689 (代表)

☎ 099-347-0685 (事業所)

※電話での受付・問い合わせは24時間対応しております。

営業時間 8:30~18:00(夜間の火葬も受付中)

■事業所 〒891-0201 鹿児島市喜入瀬々串町461-1