

駐在だより
はるにれ
～みんなで築こう 安全で安心な大地～
http://www.ikeda-syo.police.pref.hokkaido.jp

池田警察署 572-0110
茂岩駐在所 574-2013
豊頃駐在所 574-2151
大津駐在所 575-2002

作成：松井 健治

犯罪や事故はすばやく正しく110番

これからの時期、多額の現金を取り扱う事があるかもしれません。

それを狙った凶悪事件が例年発生しています。

警察では、歳末犯罪を未然に防ぐ特別警戒を実施しますが、地域の皆さんも犯罪に遭わないように十分注意してください。

例えば・・・

- 金融機関で携帯電話をかけながら多額のお金を振り込んでいる人を見かけたら、もしかして振り込め詐欺・・・。
- ちょっとの間エンジンキーを付けたまま車を駐車して用事を済ませていると盗難に・・・。
- 「ちょっとそこまで」と家に鍵を掛けずに外出し、家に帰ったら室内が荒らされていて・・・。

普段気にならないこともこの時期は特に注意しましょう!

【凶悪事件が多発するこの時期、地域で警戒】



氷上の魚釣りの事故防止

氷上は、気温の変化、湧き水などの影響で、氷が薄くなっていることがありますので、十分に注意してください。

また、寒さが強まるこの時期、テントを使用して暖をとることがありますが、テント内で練炭・炭などを使用する際は換気を十分にとるようにしましょう。



凍結・降雪時安全運転の励行

冬道は、ドライバーも歩行者もお互いに交通ルールを守り、余裕を持った安全行動をとりましょう。

～安全運転のポイント～

- 冬道の路面変化に合わせた運転操作に心がけ、急発進、急加速、急ブレーキ操作は絶対にしない。
- スリップ事故を防ぐため、スピードダウンの励行、十分な車間距離をとる運転をしましょう。



豊頃医院
だより

咳と喘息の話

豊頃医院院長 八重柏政宏

師走に入り寒さも本格的になっていきます。風邪を引く人も多いと思います。咳は風邪の主症状の一つですが、今回は咳の出る仕組みのお話です。

1 咳の種類、湿性咳嗽と乾性咳嗽

咳は気管や気管支といった気道（空気の通り道）をきれいにするための生体反応です。気道に異物が入った時、体は異物を外に出そうとして激しい咳をします。気道の炎症による分泌物は痰となりますが、体は痰を外に排出するため咳をします。しなければならぬ咳は大事な体の働きの一つで、痰をとまうことが多いためこうした生理的な咳は湿性咳嗽と呼ばれます。

しかしながら困った咳もあるのは事実で、咳自体が主症状となる病氣、気管支喘息などが代表です。以前気管支喘息は非常に多い病氣だと紹介しましたが、喘息以外にも咳を主症状とする疾患は多く、こうした疾患では痰が少ないので乾性咳嗽に分類されます。咳嗽が3週間以上続く場合を遷延性咳嗽、8週間以上続く場合を慢性咳嗽といいます。

2 咳はどうして起きるのか

咳は、①気道が刺激を受け②気道から脳の延髄にある咳中枢に神経を介し

て信号が送られ③咳中枢が咳を起こす指令を出すことによって起こります。気道が刺激を受ける部位は2カ所あり、①気道の表面と②ある程度細い気道を取り巻く様にある平滑筋という筋肉組織です。気管支喘息では炎症によって気道の平滑筋がギューと閉まることで気管支が細くなり、ヒューゼーゼーという喘鳴を主とした発作が起きます。気道の炎症と平滑筋の収縮によって平滑筋にある神経が刺激され咳中枢を介して咳が起きます。気管支炎などの炎症や気道の異物などが気道の表面にある神経を刺激して生理的な湿性咳嗽を引き起こします。気道表面の刺激によって起こる遷延性慢性咳嗽は、鼻炎や副鼻腔炎による鼻汁が気道に落ちることや、アレルギー性炎症による刺激が蓄積されることによっても起きます。

3 咳の治療

咳は苦しいので咳止めを希望される患者さんが多いのですが、咳嗽治療の原則は咳の原因を取り除くことです。咳止めは、軽度の咳の場合は効果がありますが、咳の原因が残っているとさらにひどくなったり、喘息発作の場合は重篤な発作になることがあります。通常は原因疾患の治療を行いながら対症的に咳止めを使用します。

DANA'S DIGEST

It's winter! The first snow has fallen and it's getting colder and colder. Have you finished getting ready for the cold months ahead? I actually missed the first snow here. I was in Osaka with my yosakoi team. It was a very busy, very exciting weekend for me. It was my first time in Osaka. Hankyu department store was having a Hokkaido event and asked my team to come dance. We were the only team from Hokkaido to go. The schedule was very hard, but it was so much fun! We left Obihiro at 5:00am Saturday morning. We took a bus to Chitose and flew down to Kansai Airport. Then we ran to catch the train that took us to Osaka. We had about twenty minutes before we had to dance our first set. We danced three sets, and each set had three or four dances in a row! We were very tired! That night my teammates and I had a party, but many of us went to bed before midnight. The next day four of my teammates and I went to Universal Studio Japan!! It was my first time going to a Universal Studio theme park and my first time going to an amusement park in Japan. I had so much fun there. I couldn't believe how warm it was! I actually got a little hot while wearing my jacket. Osaka weather is very different from Hokkaido! On our way back to Hokkaido, none of us could believe that there was snow on the ground. My first time in Osaka was very fun, but I didn't have time to sightsee. I hope to go back to Osaka and the rest of Kansai to sightsee soon! But for now, I'll be happy in Hokkaido because it's just about snowboard season!

☆今月の話題～ This month's topic ☆

大阪に行ってきました……

師走の候、初雪も降り寒気が日増しにつる今日この頃ですが、冬支度はもうお済みですか。実は私、こちらでの初雪を見逃しました。初雪が降ったとき私はよさこいのチームの皆と大阪に行っていました。とても慌ただしかったけれども、とても刺激的な週末でした。

私は大阪は初めてでした。阪急デパートでは北海道の催し物を行っており、私のチームに踊りに来て欲しいと依頼があり、私たちが北海道から行く唯一のチームでした。とてもハードなスケジュールでしたが、とても楽しいものでした。

私たちは土曜日の朝5時に帯広を立ち、千歳空港行きのバスに乗り、関西空港まで飛び、そして、大阪行きの列車に駆け込みました。着いてから最初の踊りを披露する前に時間は約20分しかありませんでした。私たちは全部で3セット踊りました。また、それぞれのセットには連続した3、4種類の踊りがありました。私たちは非常に疲れて、その夜、チームメイトとパーティーをしました。チームメイトの多数は夜の12時前に寝てしまいました。

翌日、私はチームメイトの4人とユニバーサル・スタジオ・ジャパンへ行きました。私は、ユニバーサル・スタジオへ行くのは初めてで、日本で行った最初の遊園地なので、すごく楽しく過ごしました。大阪は信じられないくらい暖かかったし、実際、ジャケットを着ていたらちょっと暑いくらいでした。大阪の気候は北海道とは全然違って、北海道へ帰る途中、私たちの誰もが地面の上に雪があるなんて信じることができませんでした。初めての大阪は非常に楽しいものでした。しかし、あまり観光する時間がなかったので、大阪・関西を観光しにまたすぐ来れば良いと思います。しかし、今のところ、それはちょうど大好きなスノーボードの季節なので、私は北海道でハッピーになります。

電子申告 eLTAX ご利用のお願い

北海道では、法人道民税・法人事業税・地方法人特別税についてインターネットによる電子申告・申請・届出を行っています。

オフィス等のパソコンから簡単・便利に申告することができますので、法人の申告は是非 eLTAX による電子申告をご利用ください。

申し込み、詳しい内容は eLTAX ホームページ <http://www.eltax.jp/> をご覧ください。

問合わせ先

十勝総合振興局課税課事業税間税係

帯広市東3条南3丁目 ☎ 0155(27)8505

eLTAX とは?

eLTAX は、地方税ポータルシステムの呼称で、地方税における手続きを、インターネットを利用して電子的に行うシステムです。

