

## 人のうごき

令和3年10月届出分を掲載（希望者のみ）

### おたんじょう

前阪 <sup>めい</sup> 皇月<sup>くん</sup> （知寛・なるみ） 栄町

### ごけっこん

上坂 光<sup>さん</sup> 松原 美紀<sup>さん</sup> 港町  
三住 浩史<sup>さん</sup> 佐々木 梨沙<sup>さん</sup> 栄町

### おくやみ

笹田 ユリ子 <sup>さん</sup>	86歳	南1の4
工藤 てるこ <sup>さん</sup>	73歳	栄町
足達 スゲ子 <sup>さん</sup>	90歳	栄町
鉢呂 佐津美 <sup>さん</sup>	93歳	南4の2
戸澤 雅美 <sup>さん</sup>	67歳	栄町
鎌田 愛子 <sup>さん</sup>	96歳	北2の2
小林 孝 <sup>さん</sup>	85歳	幸町
松木 スナ子 <sup>さん</sup>	94歳	朝日
檜谷 愛子 <sup>さん</sup>	93歳	南4の1
大井 貞雄 <sup>さん</sup>	68歳	南大通1

### 人口と世帯数（10月末）

人口	6,549人	（－12）
男	3,142人	（－3）
女	3,407人	（－9）
世帯数	3,482世帯	（－8）

（ ）は前月比



## Dr. 佐々尾の健康カルテ

先月のこのコラムでは、アルコールと病気のことをお話し、アルコールにより肝臓が傷害されることも触れました。しかし近年は、アルコールを飲まない方の肝機能障害も増えているのです。「非アルコール性脂肪性肝疾患」と呼称され、「NAFLD（ナッフルドまたはナッフルディ）」と略されています。これはアルコール量が、男性で1日30g以下、女性で20g以下しか飲酒しないにもかかわらず起こる脂肪肝のことです。このNAFLDは、「脂肪肝」と「脂肪肝炎」の2種類に分けられます。NAFLDは成人の30%前後と非常に多くの方が該当しており、NAFLDの10%が「脂肪肝炎」とされますので、成人の3%となります。日本人は遺伝子の影響で、肥満ではない方でもNAFLDになりやすいとされています。

この「脂肪肝」と「脂肪肝炎」は予後が異なり、「脂肪肝」であれば予後は良好ですが、「脂肪肝炎」の場合は、肝炎が進行すると肝硬変となり肝臓癌が発生するほか、心筋梗塞や脳梗塞を発症する危険が高いとされています。この両者を見分けるには、厳格に診断するため肝臓に針を刺して調べることになるのですが、危険を伴う手技ですので、よほどでなければ避けたいところです。そこで最近では、血液検査だけでもその可能性を示唆する計算式があり、「FIB-4 Index」と呼ばれるものがあります。計算式はやや複雑ですが、インターネットで計算できるサイトがあり、ご自身の血液検査を持っている場合は入力すると出てくるものがあります。現役世代で健診を受けている方は試してみるとよいでしょう。「脂肪肝炎」の疑いがある場合は、CTやMRIの画像検査での確認が必要です。

治療方法で有効であることがはっきりしていることは、「7%の体重減少」とされます。体重を減らすことは、肝臓の値だけではなく、肝臓の組織を改善する効果もあります。ほかに糖尿病や高血圧、脂質異常症があれば、それらの治療を行うことが有効です。脂肪肝があると薬物治療だけでは糖尿病の改善が得られにくい事も多く、やはり体重減少が大事になります。ビタミンEは抗酸化作用があることから有効性も報告されており、基礎疾患が無い場合を中心に投与することがあります。

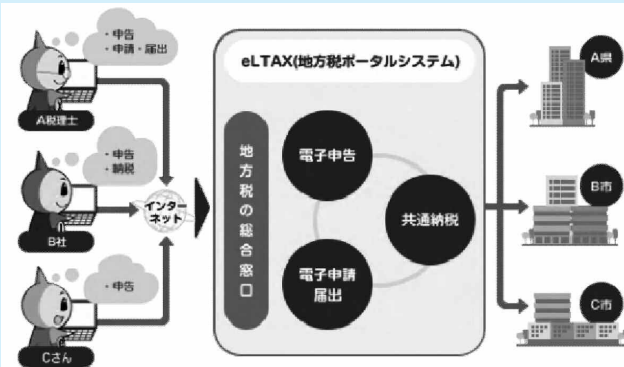
肝臓は沈黙の臓器で基本的には症状がありません。健診で気付かれることがほとんどですので、飲酒しない方でも肝臓の数値は注意して見るようにしておきましょう。

（北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師）

### 道税・市町村税の申告・納税がネットできる



地方税ポータルシステムエルタックスは、北海道で扱う「法人道民税・法人事業税・特別法人事業税・地方法人特別税」と市町村で扱う「個人道市町村民税」「法人市町村民税」「固定資産税（償却資産）」の申告、一部の届出及び「固定資産税（償却資産）」を除く各税目の納税をインターネットを利用して行えるシステムです。詳しい情報、ご利用届出はホームページ（<https://www.eltax.lta.go.jp/>）をご覧ください。



お問い合わせ 北海道留萌振興局税務課 ☎ 0164-42-8416  
羽幌町財務課税務係 ☎ 68-7002（係直通）

