



# 水んげい



特集

**相楽東部** 相楽東部広域連合議会だより Vol.8  
「令和7年 第1回定例会」 …… ②～③

令和7年度  
当初予算概要 …… ④～⑦

まち・むら Topics  
さくらまつり（笠置町）ほか …… ⑧

教育  
令和7年度 教職員 離・着任式 ほか …… ⑨

保健・福祉

带状疱疹ワクチン定期予防接種 ほか …… ⑩～⑪

安心・安全／消費者生活  
春の全国交通安全運動（3町村） ほか …… ⑫

行政  
3町村の人事異動 ほか …… ⑬～⑮

おしらせ …… ⑯～⑰

ベストショット …… ⑱～⑲

図書室 等 …… ⑳

# 相楽東部広域連合 議会だより Vol.8

令和7年第1回定例会を3月6日(木)および3月31日(月)に笠置町議会議場にて開催しました。

一日目は、はじめに総務厚生・文教各常任委員会委員長より委員会調査報告があり、その後の一般質問では2人の議員が質問をしました。

次に、議案として、刑法等の一部を改正する法律の施行に伴う関係条例の整理等に関する条例制定のほか、令和6年度一般会計補正予算(第4号)、令和7年度一般会計予算についてそれぞれ審議を行いました。

二日目は、監査委員の選任について、審議を行いました。



## 一般質問

梅本章一 議員 南山城村

小中学校の体育館にエアコン設置の考えは。

平沼連合長

各町村の防災計画の中で、財源の問題も含め検討していきたい。

**Q** 周辺の市町では、体育館のエアコン設計予算が進められている。特に中学ではクラブも行われている。避難所の役割もある。早急に進めるべきだ。

**A** 岡田教育長  
大きな費用がかかるので、今後も設置に向けて調査研究していき、予算措置をしていただけよう行政側と協議していきたい。



**Q** 小中一貫校の考えは、笠置小学校のプールが使えないことから、南山城村の小学校のプールを利用されている。修理もしないのか。今後どのように対応していくのか。

**A** 山本副連合長  
笠置小学校のプールは、老朽化に伴い修繕が必要となっているが、修繕には多額の費用が必要となるため、プールの修繕をしない方針を決定している。

**Q** 南山城小学校のプールを活用してきた。次年度は、民間プールの外部委託も検討している。伊賀市、名張市、笠置町および南山城村のごみ処理広域化基本構想が進んでいるが、和束町は参加していない。今後相楽東部広域連合のごみ行政は、どのようになっていくのか。

**A** 平沼連合長  
笠置町および南山城村については、昨年4月1日にごみ処理広域化検討協議会を立ち上げ、令和7年度末の基本構想の策定に向けて議論が進められている。

相楽東部クリーンセンターについては、建替えや再稼働は極めて難しく、解体に向けた財源の確保等、情報収集に努めている。各町村のごみ処理広域化の方向性が見えてきた時点で、新たな方針を出していきたい。

**A** 馬場副連合長  
京都府ごみ処理広域化プランの中で、どのようなごみ処理を行うか検討を加えている。周辺自治体の広域処理の可能性について、様々な観点から調査を進めている。



畑 武志 議員 (和束町)



## 相楽東部広域連合管内の小中学校における不登校生徒への取組は。

岡田教育長

各小中学校にスクールカウンセラーを配置し、相談活動を継続している。

**Q** 連合管内の小中学校で、令和2年度から本年度までの5年間で、延べ65人を超える不登校児童・生徒がいると聞いている。

原因の究明から、児童・生徒の心のケアなど、解決に向けてどのような取組をされているのか。また、その結果、現状はどのように改善されたのか。

**A** 岡田教育長

新たな不登校児童・生徒を出さないことが重要であると考え、児童・生徒が安心して登校できるよう、仲間づくりを中心に取組を強化している。

同時に、全教育課程にカウンセリングマインドを持ち、一人ひとりに合った指導法を取り入れ、助け合い学び合える学級・学校づくりに取り組んでおり、その結果、若干ではあるが不登校児童・生徒は減少傾向に

転じている。

**Q** 相楽東部クリーンセンターは、現在事務所としての利用のみとなっている。施設本体の維持管理などに係る経費の支出状況および今後のクリーンセンター廃止などに向けた検討の進捗状況は。

**A** 平沼連合長

令和5年度決算で、電気代が約182万円、施設の維持管理に係る費用が約134万円、事務的経費が約84万円、ごみ分析委託料や借地料、協力金等が約360万円である。ごみ処理の広域化及び解体に向けた財源の確保等について情報収集に努めるとともに、各町村のごみ処理広域化の方向性が見えてきた時点で新たな方針を出していきたい。

### 議案

刑法等の一部を改正する法律の施行に伴う関係条例の整理等に関する条例制定について

可決 挙手全員

令和6年度一般会計補正予算(第4号)

歳入歳出それぞれ266万円を追加し、総額9億5,428万4千円とする補正。

可決 挙手全員

令和7年度一般会計当初予算

歳入歳出それぞれ10億6,470万4千円とする当初予算。

質疑では、南山城小学校の防犯カメラや、塵芥処理費の可燃ごみ収集運搬に係る増額に関する質問が出されました。

可決 挙手多数

### 人事案件

監査委員の選任

相楽東部広域連合監査委員に次の者を選任すること。

畑 武志 氏

同意 挙手全員

なお、和束町議会の構成変更に伴い、和束町議会議員の次の方が新たに連合議員となりました。(敬称略)

総務厚生常任委員・議会運営委員 高山 豊彦

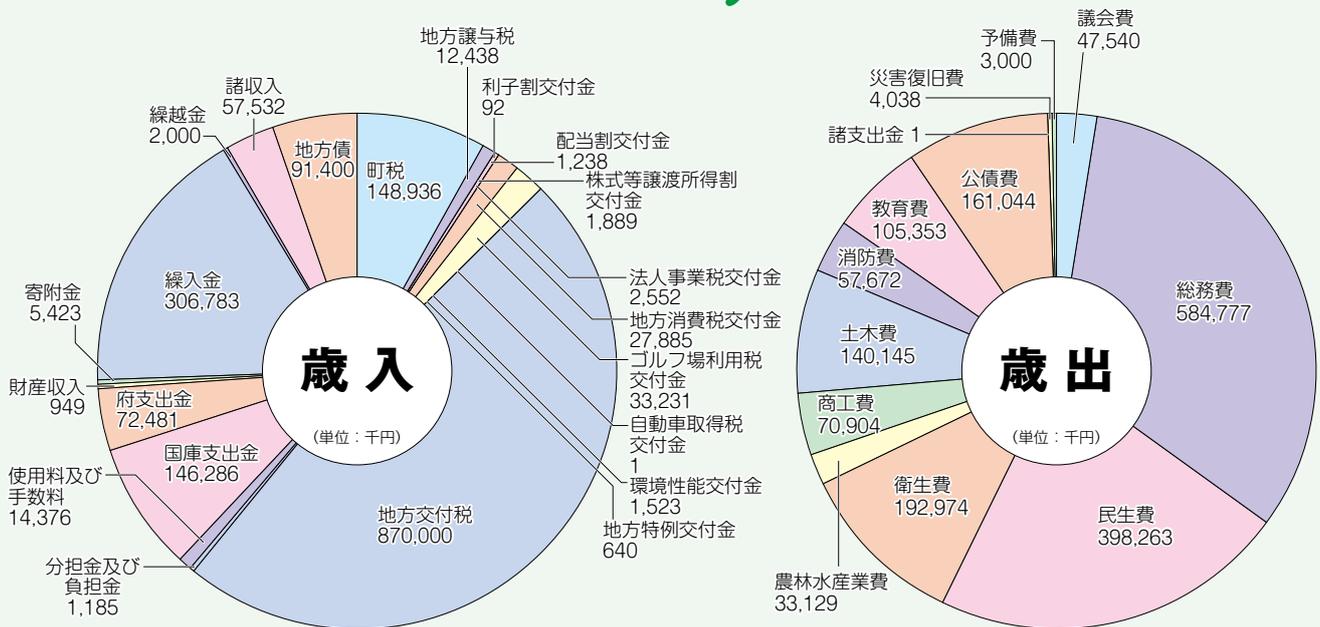
文教常任委員 山本 達也



## 笠置町 令和7年度 当初予算報告

令和7年度  
一般会計当初予算

17億9,884万円



## ●一般会計等当初予算の概要

令和7年度の一般会計予算ほか3特別会計および1公営企業会計予算が3月の定例議会で可決されました。一般会計、3特別会計及び1公営企業会計を合わせた予算総額は25億3,141万円で、特に一般会計予算は前年度に比べ1億8,767万円(11.6%増)の増額となり、過去最大規模の当初予算となりました。主な要因は、給料表の改定や地域手当の付与による人件費の増額、また国が進める基幹系業務システムの標準化やガバメントクラウドへの移行に係る電算経費の増額によるものです。

## ●一般会計当初予算の主な内容

令和6年度に町政施行90周年を迎え、100周年への新たな一步を踏み出した令和7年度。これまでの歩みを未来へとしっかり繋いでいくために、「希望を生むまち」、豊かな自然を生かし守る「自然との共存」を掲げ、これからの取組みを進めてまいります。

令和7年度は機構改革をおこない【希望のまち推進課】を新設し、これまで企画調整課と商工観光課が担ってきた企画・商工観光部門、また総務財政課の業務の一部を担当し、政策企画立案と各課、京都府を始めとする関係団体、関係企業等との調整能力向上と広報広聴機能の強化を図ってまいります。

予算の主な内容は、「防災情報等受信サービス提供事業」として全世帯へのタブレット端末の配布を予定しており、防災行政無線の役割を補完し防災情報の確実な伝達を実現させるほか、住民サービス向上のため様々な活用方法を考えてまいります。

また、子育て支援策として“高校生通学費補助事業”や“笠置未来っ子応援事業”、連合教育委員会が取り組む“GIGAスクール推進事業”に係る費用を計上しております。

その他、今年度も第4次総合計画に沿って、観光のまちづくり、防災・減災のまちづくり、持続可能な住民主体のまちづくりを目指し、希望に満ちた笠置町となるよう取組みを進めてまいります。

## 歳出 目的別で町民1人当たりになると(一般会計)

町民福祉のために(民生費)	379,660円
地方債の償還のために(公債費)	153,521円
ごみ処理や健康を守るために(衛生費)	183,960円
窓口のサービスのために(総務費)	557,461円
教育のために(教育費)	100,432円
火災予防等のために(消防費)	54,978円
道路・河川・住宅などの整備のために(土木費)	133,599円
議会活動のために(議会費)	45,319円
農林業基盤や事業振興のために(農林水産業費)	31,582円
商工業の振興のために(商工費)	67,592円

災害復旧のために(災害復旧費)	3,849円
予備費など(予備費・諸支出金)	2,861円
町民1人当たりに使われるお金	1,714,814円
町民1人当たりが納めるお金	141,979円
1世帯当たりに使われるお金	3,235,324円
1世帯当たりが納めるお金	267,871円

令和7年4月1日現在  
人口 1,049人 世帯数 556世帯

## ●会計別予算の総括

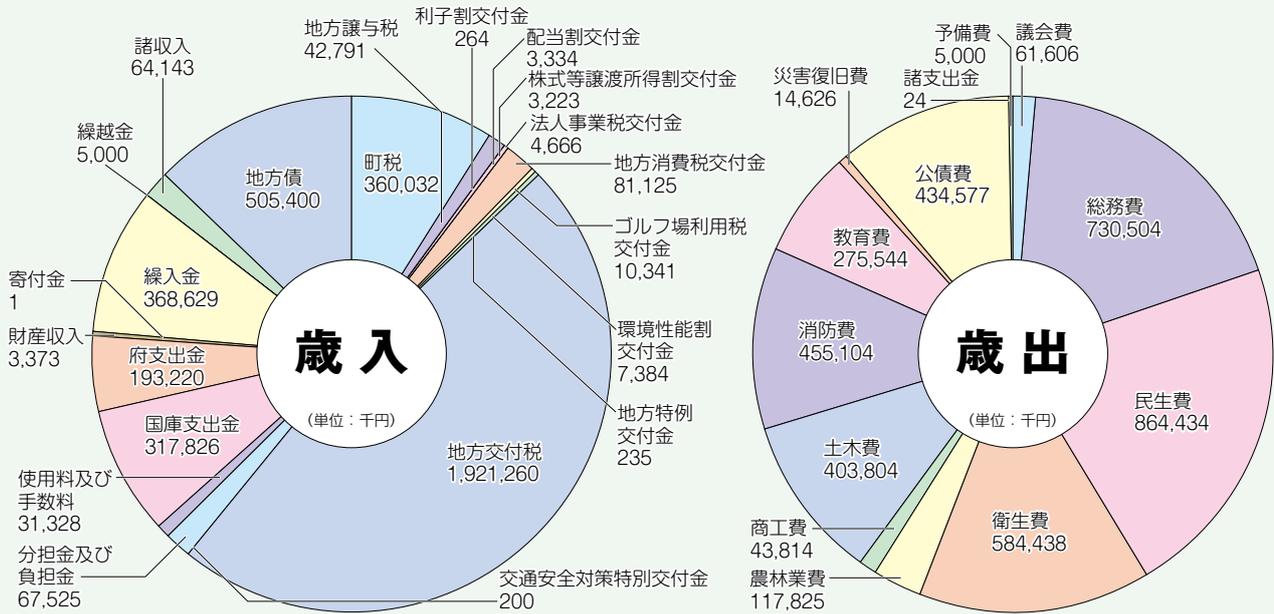
(単位: 千円、%)

会計区分	令和7年度 予算額	令和6年度 予算額	比較 増減額	増減率
一般会計	1,798,840	1,611,174	187,666	11.6
特別会計	561,852	565,007	△ 3,155	△ 0.6
国民健康保険 特別会計	205,161	222,130	△ 16,969	△ 7.6
介護保険特別会計	281,178	277,124	4,054	1.5
後期高齢者 医療特別会計	75,513	65,753	9,760	14.8
公営企業会計	170,717	90,916	79,801	87.8
簡易水道事業会計	170,717	90,916	79,801	87.8
合計	2,531,409	2,267,097	264,312	11.7

※公営企業会計の予算額については、収益的および資本的支出の合計額。

和束町 令和7年度 当初予算報告

令和7年度 一般会計当初予算 **39億9,130万円**



～「和の郷 知の郷 茶源郷 和束」の実現をめざして～

● 一般会計等 当初予算の概要

令和7年度の一般会計ほか4特別会計予算及び2公営企業会計予算が3月の定例議会で可決されました。一般会計及び4特別会計、2公営企業会計を合わせた予算の総額は、62億712万円で、前年度に比べ△6億1,323万円の減額(△9.0%減)となっています。

● 令和7年度一般会計当初予算の主な内容

保健・医療・福祉の総合的な提供拠点となる健康福祉交流センターがオープンすることに加え、18歳までの医療費無償化や子育て応援給付金等の子育て施策を継続し、令和7年度から新たに病児保育を開始するなど、誰もが安心して子育てができる取り組みを推進します。また高齢者の活躍の場づくりとしてシルバー人材センターを開設し、誰もが生きがいを持てる社会の実現を目指します。

また、2月に開通した鷲峰山トンネルにより隣接する宇治田原町との広域観光周遊ルートの実証運行などにより交流人口の更なる増加を図り、相楽東部広域連合と連携し、先人が紡いできた和束町の歴史・文化を次世代に受け継ぐとともに、4月から開催される大阪・関西万博により和束町の魅力を世界に発信することで知名度を高めていきます。

さらに、近年激甚化する災害に対応し、住民の安全確保・被害の最小化を図るために防災行政無線の更新を実施するとともに、前年度に導入した消防用ドローンの操縦講習を継続的に実施するとともに、町道中溝学校線拡幅改良事業や石寺橋整備事業による道路ネットワークによる安心・快適な道づくりも推進します。

歳出 目的別で町民1人当たりになると(一般会計)

子育て、高齢者、障害者の支援のために(民生費)	257,809円
一般的な事務、企画、交通、広報、選挙などのために(総務費)	217,866円
環境保全や上下水道、健康を守るために(衛生費)	174,303円
地方債の償還のために(公債費)	129,608円
道路・河川・住宅の整備のために(土木費)	120,431円
教育のために(教育費)	82,178円
防災・火災予防のために(消防費)	135,730円
農林業基盤や茶業振興のために(農林業費)	35,140円
議会活動のために(議会議費)	18,373円
商工業振興・観光振興のために(商工費)	13,067円
台風等による災害復旧のために(災害復旧費)	4,362円
予備費など(予備費・諸支出金)	1,498円
町民1人当たりが使われるお金	1,190,367円
町民1人当たりが納めるお金	107,376円
1世帯当たりに使われるお金	2,432,236円
1世帯当たりが納めるお金	219,398円

令和7年4月1日現在

人口 3,353人 世帯数 1,641世帯

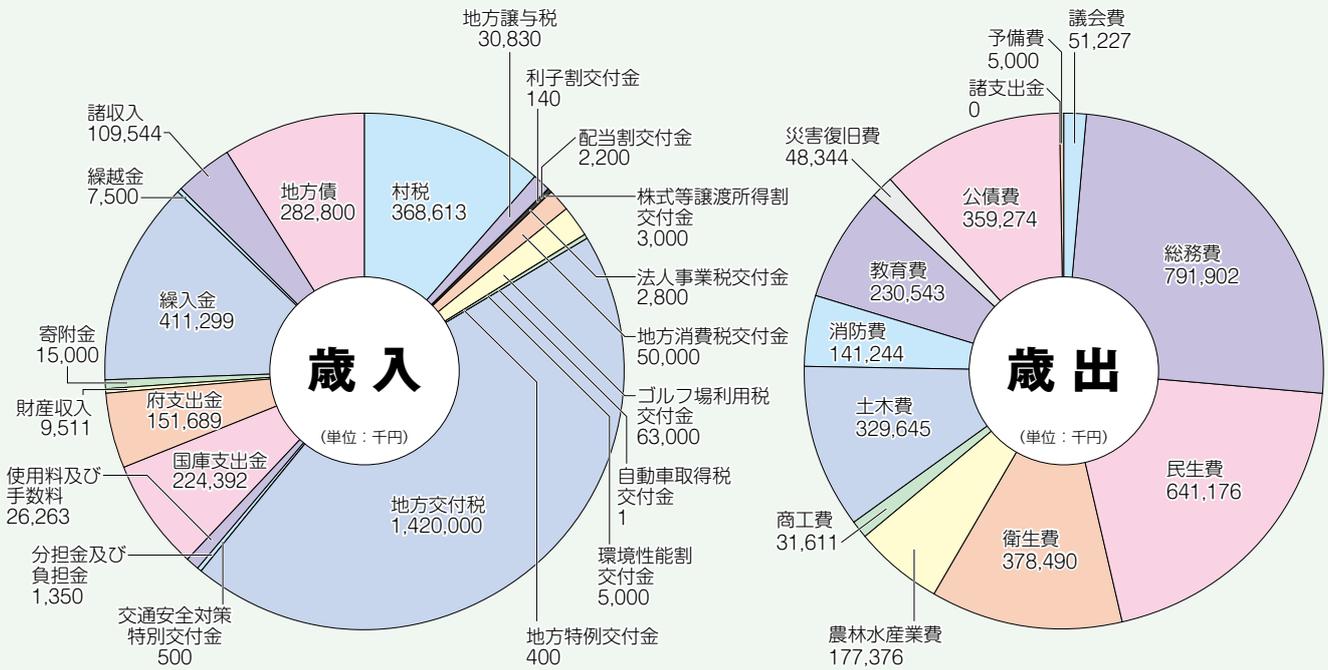
● 会計別予算の総括

(単位: 千円、%)

会計区分	令和7年度 予算額	令和6年度 予算額	比較 増減額	増減率
一般会計	3,991,300	4,531,100	△ 539,800	△ 11.9
特別会計	1,520,590	1,630,640	△ 110,050	△ 6.7
湯船財産区特別会計	2,140	2,100	△ 40	1.9
国民健康保険特別会計	690,200	799,000	△ 108,800	△ 13.6
(事業勘定)	578,500	699,700	△ 121,200	△ 17.3
(直営診療施設勘定)	111,700	99,300	12,400	12.5
介護保険特別会計	730,350	736,640	△ 6,290	△ 0.9
(保険事業勘定)	721,400	728,300	△ 6,900	△ 0.9
(サービス勘定)	8,950	8,340	610	7.3
後期高齢者医療特別会計	97,900	92,900	5,000	5.4
合計	5,511,890	6,161,740	△ 649,850	△ 10.5
公営企業会計				
簡易水道事業				
(収益的収入)	230,762	213,593	17,169	8.0
(収益的支出)	230,960	212,884	18,076	8.5
(資本的収入)	64,055	64,803	△ 748	△ 1.2
(資本的支出)	139,776	140,192	△ 416	△ 0.3
特定環境保全公共下水道事業				
(収益的収入)	176,950	162,135	14,815	9.1
(収益的支出)	176,528	161,561	14,967	9.3
(資本的収入)	108,816	104,539	4,277	4.1
(資本的支出)	147,966	143,977	3,989	2.8
合計	6,207,120	6,820,354	△ 613,234	△ 9.0

南山城村 令和7年度 当初予算報告

令和7年度 一般会計当初予算 **31億8,583万円**



● 一般会計等当初予算の概要

令和7年度の一般会計予算ほか3特別会計及び1事業会計が3月の定例議会で可決されました。

一般会計と3特別会計及び1事業会計を合わせた予算の総額は、44億4,314万円で前年度に比べ3億6,046万円の増額(8.8%増)となっています。一般会計の予算規模は、前年度に比べ3億2,083万円の増額(11.2%増)となりました。4月からこの予算に基づいて新年度事業を展開しています。

● 一般会計当初予算の主な内容

(単位: 千円)

事業内容	予算額
道路を整備する事業	132,329
防災行政無線管理事業	42,567
農道等を整備する事業	30,847
林道を整備する事業	26,950
橋梁を整備する事業	12,583
災害対策費	16,561

● 会計別予算の総括

(単位: 千円、%)

会計区分	令和7年度 予算額	令和6年度 予算額	比較 増減額	増減率
一般会計	3,185,832	2,865,000	320,832	11.2
特別会計	989,863	952,832	37,031	3.9
国民健康保険特別会計	420,989	408,891	12,098	3.0
後期高齢者医療特別会計	81,025	77,627	3,398	4.4
介護保険特別会計	487,849	466,314	21,535	4.6
(保険事業勘定)	481,575	460,358	21,217	4.6
(介護サービス勘定)	6,274	5,956	318	5.3
簡易水道事業会計	267,447	264,850	2,597	1.0
合計	4,443,142	4,082,682	360,460	8.8

歳出 目的別で村民1人当たりになると(一般会計)

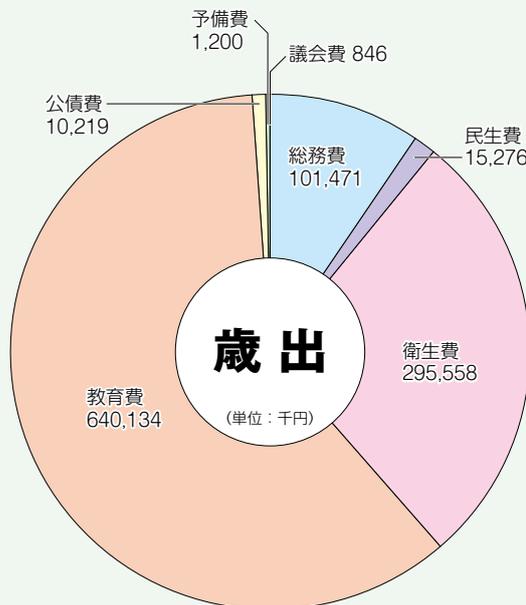
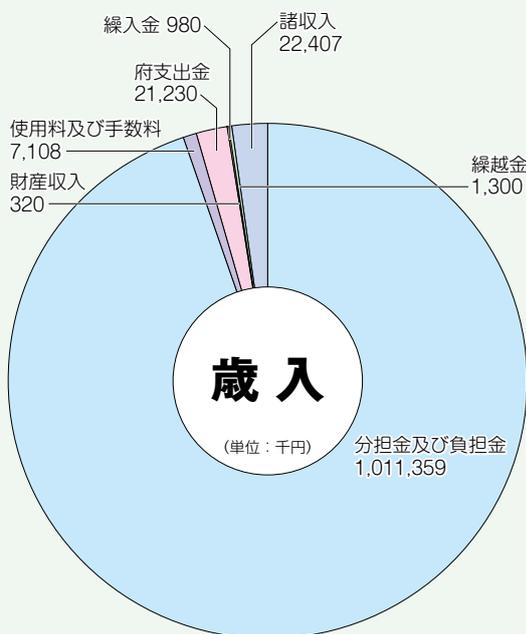
村民福祉のために(民生費)	273,306円	商工業の振興のために(商工費)	13,474円
地方債の償還のために(公債費)	153,143円	予備費など(予備費・諸支出金)	2,131円
ごみ処理や健康を守るために(衛生費)	161,334円	村民1人当たりに使われるお金	1,357,984円
窓口のサービスのために(総務費)	337,554円	村民1人当たりが納めるお金	157,124円
教育のために(教育費)	98,271円	1世帯当たりに使われるお金	2,695,289円
火災予防等のために(消防費)	60,206円	1世帯当たりが納めるお金	311,855円
道路・河川・住宅などの整備のために(土木費)	140,514円		
議会活動のために(議会費)	21,836円		
農林業基盤や事業振興のために(農林水産業費)	75,608円		
災害復旧のために(災害復旧費)	20,607円		

令和7年4月1日現在  
人口 2,349人 世帯数 1,181世帯

広域連合 令和7年度 当初予算報告

令和7年度  
一般会計当初予算

10億6,470万円



● 一般会計当初予算の概要

相楽東部広域連合では、相楽東部クリーンセンターの休止に伴いごみ処理の民間委託に関する業務、笠置町・和束町・南山城村の3小学校・2中学校の運営、そして社会教育(生涯教育)事業をおこなっています。

令和7年度の一般会計予算が3月定例議会で可決されました。予算の総額は10億6,470万4千円で前年度と比較すると、1億4,852万6千円の増額となっています。

歳入については、大半を占める連合を構成する笠置町・和束町・南山城村からの分担金・負担金が前年度比で1億3,777万円の増額となっています。

歳出については、主なものとして、総務費では、Windows10Proのサポート終了により端末更新費用を計上し、また、文書広報費では、「広報れんげい」を昨年度に引き続き全紙面カラーページ、最大ページ数を20ページとし、質の高い広報紙を目指して取組を進めます。

民生費では、認知症初期集中支援事業の費用として、サポート医や作業療法士等への報償費、認知症啓発物品等で32万1千円を計上しています。

衛生費では、塵芥処理費の一般廃棄物処理業務について、ごみの収集量が減少傾向であることから、対前年815万2千円減の2億7,900万1千円を計上しています。また、テールアルメ擁壁安全対策等調査事業については、クリーンセンターのモニタリング調査委託で98万円を計上しています。

教育費では、総務課同様各小中学校の端末がWindows10Proのサポート終了により端末更新費用を計上しております。また、GIGAスクール関係のタブレット端末の更新に係る費用も計上しています。

社会教育費においては、子育て講座・女性学講座・成人教育事業・京のまなび教室推進事業・高齢者教育推進事業など、それぞれのライフステージに対応した各種社会教育事業を展開しています。

また、和束町史編さん事業についても令和8年度の新和束町史発刊に向け、資料調査や古文書講座等の取り組みを実施していきます。



# まち・むら TOPICS

## 笠置町

### やぐらまつり

3月29日(土)、笠置キャンプ場のふれあい広場で「2025笠置やぐらまつり」春風の便り」が開かれました。会場内に約350人の来場者が訪れ、笠置町の特産品などを販売する模擬店にたくさんの方が集まりました。

また、笠置町のPRキャラクター「笠やん」との記念撮影、サークル活動によるステージ発表、笠置町フォトコンテスト入賞者の表彰式も会場を盛り上げました。ご来場された地元の方やキャンプ場へお越しの方が共にイベントを楽しみました。



## 南山城村

### 企業版ふるさと納税 寄附企業のご紹介

**ジヨブマネ株式会社様・株式会社水処理管理センター様**から企業版ふるさと納税制度を活用してご寄附をいただきました。今回賜りましたご支援を糧に、これからも本村発展のため努めてまいります。



#### 寄附企業のご紹介

**法人名** ジョブマネ株式会社  
**本社** 沖縄県那覇市安里381-1  
 沖縄ゼネラルビル安里5F  
**事業内容** BtoB事業の中小・ベンチャー企業向けクラウドサービスの企画・開発・販売等  
**寄附年月日** 令和7年2月28日  
**寄附額** 10万円  
**寄附対象事業** 企画推進事業

#### 寄附企業のご紹介

**法人名** 株式会社水処理管理センター  
**本社** 大阪府大阪市北区南森町1丁目4番10号  
**事業内容** 浄水処理装置の維持管理等  
**寄附年月日** 令和7年3月5日  
**寄附額** 10万円  
**寄附対象事業** 企画推進事業



## 令和7年度 教職員 離・着任式

4月1日(火)、和束町体験交流センターにおいて、令和7年度教職員離・着任式がおこなわれました。離任される先生方との別れや、新たに着任される先生方の新しいスタートがみられました。

令和7年度 着任した教職員(本務者のみ)

### 【笠置小学校】

教頭 小西 菜穂子(山城教育局 指導主事)

### 【和束小学校】

教諭 渡邊 千紘(庵我小学校 教諭)

教諭 大久保 裕美(和束小学校 教諭 再任用)

### 【南山城小学校】

校長 嘉部 喜之(笠置小学校 教頭)

教諭 坂本 昌樹(東光小学校 教諭)

教諭 中尾 真梨(新規採用)

### 【笠置中学校】

教頭 山田 直人(山城教育局 指導主事)

教諭 榎井 りんか(新規採用)

養教 北口 みき子(新規採用)

### 【和束中学校】

教諭 長谷川 真司(精華西中学校 教諭)

教諭 和田 繁(南城陽中学校 教諭)

## 教育委員会の構成

教育長職務代理者	石橋 常男
委員	村田 年宏
委員	谷本 一榮
委員	鈴木 慶一

## 教育委員会事務職員の異動

令和7年4月1日付け( )内は前職名

教育次長兼生涯学習課長兼町史編さん室長

竹谷 徹也(生涯学習課長兼町史編さん室長)

学校教育課 主任 石倉 周(生涯学習課 主任)

課長代理兼指導主事 松田 佳人(社会教育主事 笠置町分室)

指導主事 坂口 勝久(社会教育主事 南山城村分室)

生涯学習課 係長 北澤 嘉朗(和束町農村振興課係長)

主事 仁木 優(新規採用)

### 就学援助費制度のおしらせ

教育委員会では、児童生徒を小中学校に通学させるにあたり、経済的な理由等によって学習に必要な文房具や通学用品などの購入に困っておられる保護者に対し、その費用の一部を援助する事業を行っています。

詳しくは、学校の担任の先生に相談されるか教育委員会事務局までお問合せください。

#### 【費】学用品費等(限度額があります。)

学用品費・通学用品費(一年生を除く)・校外活動費・新入学児童生徒学用品費(一年生のみ)・クラブ活動費・生徒会費・PTA会費・卒業アルバム代等・オンライン通信費

#### 【対】申請時において、次のアからクに該当する世帯

- ア 生活保護法に基づく保護の停止または廃止を受けた世帯
- イ 市町村民税が非課税または減免されている世帯
- ウ 個人事業税が減免されている世帯
- エ 固定資産税が減免されている世帯
- オ 国民年金保険料が減免されている世帯
- カ 国民健康保険税が減免されている世帯
- キ 児童扶養手当を受給している世帯
- ク 学校長または民生(児童)委員が特に援助が必要と認める世帯

【申】希望者は、申請書に必要事項を記入・押印のうえ、児童生徒の通学している学校または教育委員会へ提出してください。郵送での提出は不可です。

#### 【問】教育委員会事務局

☎0774・78・4335

## 相楽休日応急診療所の診療体制

**当日電話予約制です**

受付時間	午前8時30分～午後0時30分
診療時間	午前9時～

症状によって診察できない場合は京都山城総合医療センターを紹介する場合があります。また、電話が大変混み合いますが、必ず電話により予約してください。

問 相楽休日応急診療所  
☎0774・73・9988

6月の診療科目は次のとおりです。  
(急に変更になる場合があります。)

月 日	診療科目
6月 1日(日)	内科
8日(日)	内科・小児科
15日(日)	内科
22日(日)	内科・小児科
29日(日)	内科

※5月分については広報れんげい4月号をご覧ください。



## 令和7年度带状疱疹ワクチン定期予防接種について

令和7年4月から65歳の方を対象とした带状疱疹予防接種が定期予防接種になりました。また、令和11年度までの5年間の経過措置として、その年度に70、75、80、85、90、95、100歳になる方も対象となります。詳細については、対象者の方に個別に案内します。

対①令和7(2025)年度に次の年齢となる方

年齢	対象生年月日
65歳	昭和35年4月2日生～昭和36年4月1日生の方
70歳	昭和30年4月2日生～昭和31年4月1日生の方
75歳	昭和25年4月2日生～昭和26年4月1日生の方
80歳	昭和20年4月2日生～昭和21年4月1日生の方
85歳	昭和15年4月2日生～昭和16年4月1日生の方
90歳	昭和10年4月2日生～昭和11年4月1日生の方
95歳	昭和5年4月2日生～昭和6年4月1日生の方
100歳以上	大正15年4月1日生以前の方※

※令和7年度に限り、100歳以上は全員対象となります。

②60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

期 令和8(2026)年3月31日まで

### ワクチンの種類

生ワクチン：皮下接種1回  
組換えワクチン：筋肉内接種2回  
(2か月以上の間隔をおく)

費 生ワクチン：2,500円/回

組換えワクチン：6,500円/回

問 笠置町保健福祉課 ☎0743・95・2303

和束町保健福祉課 ☎0774・78・3006

南山城村保健福祉センター ☎0743・93・0294



今年も素晴らしい桜を楽しめたでしょうか。日本に生まれて良かったと感じられる瞬間ですね。暖かくなってきましたと、足部の痛みを訴える患者さんが急に増えてきます。コロナ禍と寒さのため運動不足になっていた所に、急に活動的になってきたという面もありますが、痛風発作を起こして来院される方が多くおられます。暑い日以外で作業をして発作を起こす方が多いようです。関節リウマチなどの疾患との鑑別診断も重要です。多くの汗をかくことで水分を失い、結果として血液が濃くなつて「血液中の尿酸濃度が急上昇する」のがその理由です。生活習慣病に典型的な体形をしていなくても、普通の方が暑い日にランニングや畑仕事などをして、その夜に痛風発作になることがよくあります。ですから、普段から正常値よりも高い尿酸値になっている方はもちろん、血液中の尿酸値が1mg/dl当たり7mg未満の方でも十分起こりえます。予防法は水分補給で



### その② 桜が散ると増える 足部の痛み

す。これは、脱水や熱中症の予防にも共通します。スムーズに体内に吸収させるためにも、ミネラルの入っているスポーツドリンクが良いかと思われれます。実は、痛風発作は「急に尿酸値が上がった」場合だけでなく、「急に下がった」場合にも起こります。そのため、今実際に発作を起こしている方には消炎鎮痛剤は必要ですが、尿酸値を下げる薬は使えません。痛みが長期化する恐れがあります。激しい痛みは適切な治療をすれば1週間以内に治まるため、深刻に考えない方も多く軽く考えがちです。痛風そのものが命にかかわることはありませんが、放置すると結晶化した尿酸が皮下組織に沈着する「痛風結節」や尿路結石、腎機能の低下といった合併症を起こす危険性が出て来ます。また、糖尿病や高血圧など他の生活習慣病との関連も深く、やがて脳梗塞や心筋梗塞などのリスクも高まります。痛みが治まった後の高尿酸血症の治療が非常に重要です。

山下医院 (木津川市)