

### 起立性調節障害 ～子どもの自律神経の乱れ～

川口市立医療センター  
小児科 **野村 敏大** のむらとしひろ



自律神経とは、呼吸・循環・消化などの体の活動を調節する生きる上で必要な神経です。自律神経失調症とは、それらの神経が乱れてさまざまな症状を引き起こす病気ですが、小児期における代表的な自律神経失調症が「起立性調節障害」です。

起立性調節障害は思春期前後に多く生じ、中学生や高校生の1割前後がこの病気を有するとされます。遺伝や体質の要素が強く、多くの例で家族にもこの病気の既往歴があります。症状はめまいや立ちくらみ、倦怠感、動悸、頭痛、腹痛など人によってまちまちで、午前中に強く現れ、ストレスによって症状が悪くなります。症状が強いと朝起きられず登校できない、授業に出られても集中できないなど学校生活に支障を来しますが、日によって症状が変動したり、午後には症状が良くなることから「気持ちの問題」「怠けているだけ」などと周囲から誤解されがちです。症状の確認や「起立試験」という血圧・脈拍変動をみる検査などから診断され、他の病気を否定するために血液検査や画像検査を行うこともあります。

治療は自律神経を安定させることです。薬を出すことも多いですが、最も重要なのが生活の質を改善させることです。規則正しい生活、良好な睡眠、十分な水分・塩分摂取、適度な運動など、日々の努力が何よりの薬です。家庭や学校におけるストレス要因を見直すことも必要です。

症状に心当たりのあるかたは、ぜひ一度医療機関に相談してみてください。

### くすりは正しく使しましょう

体の具合が良くないとき、くすりを正しく使うことで健康を取り戻すことができますが、正しく使わなければ健康を害することもあります。かかりつけ薬局の薬剤師やおくすり手帳を上手に活用して、健康な生活を送りましょう。

#### ■くすりを使うときのルール

- 決められた時間を使う ● 決められた量や回数を使う
- くすりを飲んで具合が悪くなったなら、医師や薬剤師に相談する
- 自分のくすりを他人へ譲ったり、譲り受けたりしない
- 前にもらった古いくすりは使わない



#### ■くすりの正しい使い方

##### 飲み薬(錠剤、粉薬など)

コップ1杯の水かぬるま湯と一緒に飲む

##### 座薬

先のとがった方から肛門の奥へ見えなくなるまで入れる

##### 塗り薬(軟膏、クリームなど)

手指をきれいに洗い、必要な分だけ指に取り、症状のある部分に塗る

##### 目薬

容器の先がまぶたやまつげに触れないように1滴さし、まぶたを閉じて1～2分間目をつぶる

#### ■おくすり手帳を活用しよう

アレルギー、今までに経験したくすりの副作用、よく使うサプリメントの名前など、気になることをメモしておくことで相談のときに便利です。



(出典)一般社団法人くすりの適正使用協議会

## イベントスケジュール

**8日(木)** **8月**  
第30回川口市青少年ピアノコンクール本選  
場 リリア・音楽ホール

**31日(土)・9/1日(日)** →2・3ページ  
第41回たたら祭り  
場 SKIPシティとその周辺

**3日(火)・4日(水)** **9月**  
**14日(土)・15日(日)**  
日本女子プロ野球リーグ  
川口市民応援デー  
埼玉アストライア戦  
場 青木町公園総合運動場野球場

**7日(土)**  
救急フェア  
場 アリオ川口

**21日(土)・22日(日)** →6ページ  
第12回川口ツーデーマーチ  
場 戸塚中台公園(スタート・ゴール会場)ほか

**29日(日)**  
第22回川口健康フェスティバル  
場 リリア・音楽ホールほか



### 煎茶道の道具に新風を

錫工芸 二代

まつした きざん やすお  
**松下 喜山(靖夫)さん**  
(中 青木)

錫製品を作り続けて半世紀が過ぎた。ろくろで素材を回し、指先の感覚だけを頼りに専用の刃物を当てる。光り輝く切粉が宙を舞う。瞬く間に上品な輝きを放つ錫器ができる様子は、まるで魔法のようだ。「完成品が思い描いたとおり仕上がった時の喜びはひとしおです。作るごとに浮かぶアイデアや課題を元に、これからも挑戦し続けていきます」。

父は茶の湯釜の人間国宝、角谷一圭の弟として大阪で生まれ、鋳物屋の松下家へ養子に出た。東京で鋳工房を開いたが、戦争で被災し川口市で工房を再建した。小学生の頃、父に連れて行かれた茶会で煎茶道と錫で作られた茶道具に惹かれた。父や兄の仕事を手伝うなか、煎茶道で錫器が重宝されていることを知る。「錫が活きる場所はここだ」。錫師を目指した瞬間だった。その後独立し、父が亡くなった数年後に二代「喜山」の名を襲名した。「製品に刻まれた喜山の文字は責任の証。身が引き締まる思いでした」と当時を振り返る。



デザインから仕上げまで、全ての工程を一貫して高いレベルで行う。錫の特徴を熟知しているからこそできる細かな加工と時代が求める新しいデザインで熱心なファンも多い。「錫は軟らかいため、厚みを加減することが重要。デザインは伝統と現代的な要素が入らなければ良いものではない」。

これまで文部科学大臣賞や現代の名工受賞、今年の5月には黄綬褒章など、その優れた技術と功績が評価され、今後も更なる活躍が期待されている。最近では、個展や工芸家仲間とのグループ展などを通じて、煎茶道や錫の作品を多くのかたに知ってもらえるよう普及活動に努めている。「煎茶道人口が減り、錫の作品を扱う店も少ない。錫の作品が廃れないよう、その魅力を知ってもらうことに力を注いでいきたい」と語る。錫に注ぐ熱い想いは、一生涯冷めることはないだろう(勝)