



## 健康長寿ポイント 【脳卒中ワポイント④】 脳卒中と血圧の管理

脳卒中が起こると、一般的に血圧は上昇します。これは体の防衛反応と考えられ、たいていは2週間以内に自然に下がります。脳梗塞の急性期は、著しい高血圧や心不全がある場合を除き、無理な降圧治療は行いません。脳梗塞は血流が悪くなっている状態なので、血圧上昇はむしろ好都合とも考えられます。一方、脳出血やくも膜下出血の場合は、高血圧が出血をひどくさせる、再出血の危険があるなどの理由で、血圧を下げる治療が行われます。

### ● 脳血管障害を合併する高血圧の治療

	降圧治療対象	降圧目標
<b>超急性期</b> (発症3時間以内)	血栓溶解療法予定患者 SBP>185mmHg または、 DBP>110mmHg	血栓溶解療法予定患者 ≤185/110mmHg 血栓溶解療法開始後 (少なくとも24時間) <180/105mmHg
<b>急性期</b> (発症1-2週間以内)	<b>脳梗塞</b> SBP>220mmHgまたは、 DBP>120mmHg	前値の85-90%
	<b>脳出血</b> SBP>180mmHgまたは、 DBP>130mmHg	前値の80%
<b>慢性期</b> (発症1か月以降)		<140/90mmHg (治療開始1-3か月)

### お詫びと訂正

4/1に全戸配付した  
ふれあいセンターだより # 1 に  
掲載した健康長寿ポイントの中で  
『動脈癌』と表記しましたが  
正しくは『動脈瘤』になります。  
お詫びして訂正いたします。

## 浅水コミュニティ運営協議会 地域づくり部会

浅水コミュニティ運営協議会

会長・副会長

事務局

地域づくり部会

拠点：浅水ふれあいセンター

各行政区から1名ずつ 各部会9名

浅水コミュニティの地域づくりは  
4つある地域づくりの部会に  
地域から選出された委員がそれぞれ  
所属して活動しています

### 集う・環境整備部会

#### 目的

住民が集い  
楽しめる環境づくり

#### 主な活動

- ・ふれあい広場活用
- ・農村公園の活用
- ・老人会支援
- ・ゆづるの里

など

### 人口減少対応部会

#### 目的

人口減少で増える  
空き家を減らす

#### 主な活動

- ・1人2人世帯への意向調査
- ・空き家調査と適正管理
- ・相続基本講座

など

### 健康長寿部会

#### 目的

健康寿命を延ばし  
【元気に長生き】

#### 主な活動

- ・健康づくり講座  
(登米市と連携)
- ・ミニデイ支援
- ・地域へ仕事斡旋

など

### 生活支援部会

#### 目的

高齢者・子育て世代  
の生活支援活動

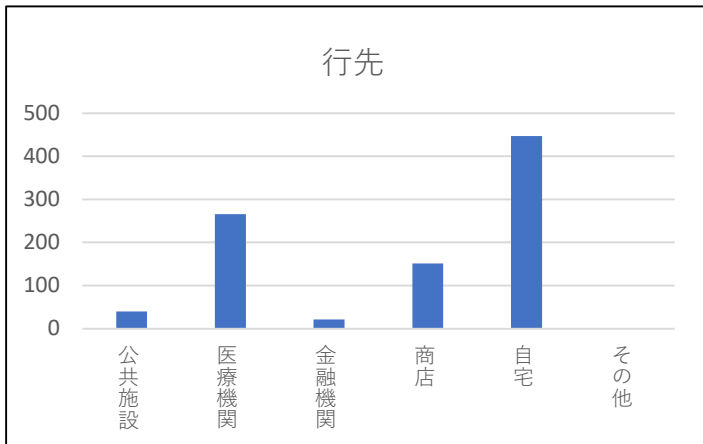
#### 主な活動

- ・1人2人世帯調査
- ・見守り巡視活動
- ・デマンドタクシー
- ・福祉車両貸出

など

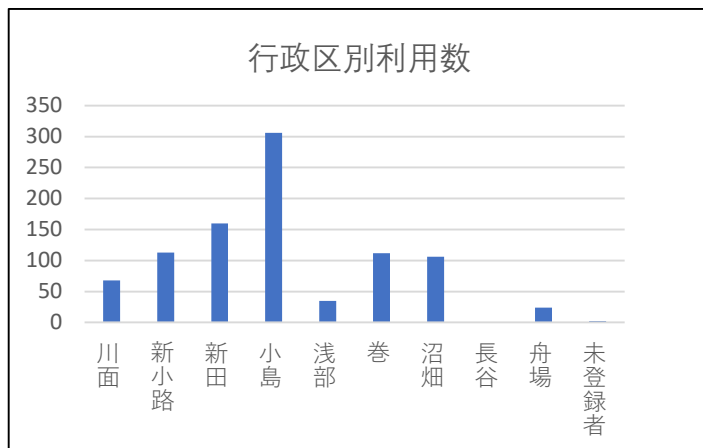
# 浅水デマンド型乗り合いタクシー R2年度利用実績

行き先	
公共施設	40
医療機関	266
金融機関	21
商店	151
自宅	447
その他	1



行き先  
 ・医療機関  
 ・商店（買い物）  
 ・公共施設  
 の順でご利用いただいております  
 目的の生活支援につながっています

行政区別利用数	
川面	68
新小路	113
新田	160
小島	306
浅部	35
巻	112
沼畑	106
長谷	0
舟場	24
未登録者	2



年間で926名、月平均77名  
 3月は118名の方が利用していただきました  
 ・小島  
 ・新田  
 ・新小路  
 ・巻  
 の順でご利用いただいております  
 利用された方からは「助かっている」と好評です  
 長谷・舟場の方もご利用ください

## こいのぼり掲揚

4月3日（土） 参加者11名  
 区長さんに協力をお願い  
 今年度もこいのぼり掲揚を行いました。  
 今回は風もそれほどなく、スムーズに作業がすすみ、約80疋が揚がりました。  
 コロナを吹き飛ばすくらい、元気に泳いでほしいですね☺



## これからの主な事業・行事

**4月** 22日（木）事務局会議  
 23日（金）監査会

4月5日～5月5日まで  
 感染症対策のため  
 施設利用と事業は延期・中止となります



感染症対策により  
 変更になる  
 場合があります

**5月**

7日（金）浅水グラウンドゴルフ大会  
 11日（火）健康長寿部会①  
 12日（水）男の料理教室 絵手紙教室  
 リフレッシュ教室  
 14日（金）浅水ターゲットバードゴルフ大会  
 22日（土）フラワーアレンジメント教室  
 浅水六十寿会グラウンドゴルフ大会