

# 健康だより

## 双極性(そうきょくせい)障害を知ろう

担当 保健福祉課

◆患者数  
発症は、100人に2〜3人の割合と言われています。

◆症状

○うつ状態

ほとんど寝ることなく動き回り続け、多弁になります。高価な買い物での借金や法的な問題を引き起こすこともあります。

○軽うつ状態

いつもとは人が変わったように元気で、短時間の睡眠でも動き回ります。しかし、本人は自分の変化を自覚できず、大きなトラブルを起こしても困っておらず、周囲の困惑に気づくことができません。

○うつ状態

抑うつ気分  
興味・喜びの喪失

の内1つ以上

早朝覚醒  
食欲の減退または<sup>こっしん</sup>几進  
体重の増減  
疲れやすい  
やる気が出ない  
自責感  
自殺念慮  
など

の内5つ以上

これらが2週間以上毎日出ている状態がうつ状態です。

◆治療方法

○薬物療法

そうとううつ状態の改善と予防、自殺予防の効果があります。

○心理療法(カウンセリング)

本人が病気の性質や薬の作用と副作用を理解し、再発の兆しを自分自身で把握することを目指します。



◆まとめ

双極性障害は、どんな性格の人でもなりうる病気ですが本人が自覚できないことが特徴です。放置して重症化すると、年間4回以上症状が現れる急速交代型になることもあります。薬が効きにくくなります。周囲の人が本人のために、病院受診を勧めることも重要です。

# 庁舎建設通信

No.20



新しい役場庁舎を建てるための検討作業について、お知らせするマイ

## 新庁舎建設に向けて

新庁舎の外壁は、レンガをメイン外装材として使います。レンガは耐久性が高く、塗り替えや補修の費用がかからない外装材です。耐熱性・遮熱性が高く、冷暖房の維持経費も抑えられるなど、経済性にも優れています。また、レンガ仕上による外観は重厚で風格があり「100年庁舎」を基本理念とする新庁舎のイメージにも合っています。

レンガの色は、北海道庁旧本庁舎に代表される赤レンガのイメージが強いですが、黒に近い色、黄やオレンジに近い明るい色など、多彩な色があります。

新庁舎のレンガの色は、赤レンガや落ち着いた濃い色など、明るさの印象が異なる4



ホームページでカラーのイメージ画像を公開しています。

E-mail chosha@town.shintotsukawa.lg.jp  
☎76・2131  
進事務局