



七尾鹿島
地域安全
ニュース

女性を狙った犯罪に 注意 しましょう!

七尾警察署
七尾鹿島防犯協会
☎53-0110

ついついしてしまう「ながら」歩き。周りの様子は見えていますか?近くを歩く人の足音は聞こえていますか?

犯人は、周囲に意識が向いていない人を狙っています。これからの時期、痴漢など女性を狙った犯罪が多発する恐れがあります。通学や通勤時に1人で出歩く際は、注意が必要です。



スマートフォンの
見ながら歩き

イヤホンで音楽を
聞きながらの
自転車運転

暗い道での
1人歩き

身を守るためのポイント

- ▶スマートフォンや携帯電話を操作しながら、またはイヤホンをして、歩いたり自転車に乗ったりしない。
- ▶小まめに後ろを振り返り、近づいてくる人や車に気を配る。車に乗り込むときや家に入るときにも1度周囲を確認する。
- ▶できるだけ明るい道や大通りを選んで歩き、もしものときに逃げ込める交番やコンビニなどの場所を確認しておく。

露出の多い服装は
狙われやすいですよ!



消 防
だより

住宅用火災警報器の機能を維持するため

定期的に点検 しましょう!

七尾鹿島消防本部予防課
☎53-1016

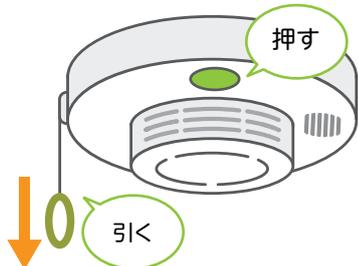
住宅用火災警報器の設置が義務となり、約10年が経過しました。住宅用火災警報器の交換目安は10年です。電池が切れていないか、故障していないかを1カ月に1回程度点検をお願いします。

住宅用火災警報器の点検は、専門業者でなくても誰でも簡単にできます。器具のタイプにより、テストボタンを押すもの、ひもを引いてテストをするものなどがあります。詳しくは、製品の取扱説明書をご覧ください。

住宅用火災警報器の点検方法

※ボタンを押すか、ひもを引いて動作確認をしてください

もし、音が鳴らなければ火災を感知することが出来ません!



点検の操作をすると、火災の警報アラームや正常を知らせるアナウンスなどが鳴ります。もし鳴らなかった場合は、電池に異常がないか確認してください。特に乾電池タイプの警報器は電池切れしている可能性があります。

古くなると電子部品の劣化などが考えられるため、設置後10年を目安に本体を交換しましょう。また、設置年数を忘れないように、本体に設置した年月日を書いておきましょう。



健康
なお
ナビ

糖尿病性腎症を見つけて 悪化を防ごう

糖尿病性腎症の主な兆候はタンパク尿ですが、初期には自覚症状がありません。進行すると末期腎不全に至り、透析療法が必要になります。

腎機能は採血検査の血清クレアチニンから、推算eGFR（糸球体ろ過量）を見ることで分かります。基準値より低い人は、腎機能が低下しています。

腎機能が悪化する原因は、塩分の取り過ぎや肥満、高血糖、高血圧などです。熱中症などでの脱水、鎮痛剤使用などでも悪化します。また、タンパク尿のある人は腎機能が早く低下するので特に要注意です。

糖尿病性腎症は早期の段階で適切な治療を受けると改善することがあり、悪化を防げることが分かっています。治療が必要であるかを知るためには、健診を受診し自分の状態を把握することが必要です。5月から特

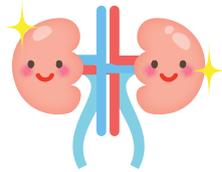
人工透析の原因疾患となる 糖尿病性腎症の割合

平成25年	58.5%
平成28年	62.5%

(七尾市国保)

※糖尿病性腎症は、全国で新規透析導入患者の原因疾患として平成10年以來第1位。

定健診が始まっていますので、すでに受けられた人は結果を確認してください。まだ受けていない人はぜひ受診し、自身の状態を確認しましょう。過去に腎臓炎などの腎臓病となったことがある人や妊娠時に尿糖やタンパク尿が出たことがある人は必ず健診を受けましょう。(「糖尿病患者を助け合う地域連携協議会・七緒の会」監修)



CLOSE UP FRESHMAN!!

輝け! なおの星

SHINE!
NANO'S STAR

ほりかわ 宙さん 20歳
堀川 宙さん

◆仕事は?

能登ミルク直営の能登ミルクファクトリーで店長をしています。高校を卒業後、東京で1年半修行しUターンしました。ジェラートの本場イタリアへ修行に行き、国内最年少でジェラートマエストロを取得してきました。

◆趣味は?

愛車でドライブすることです。今はお店が忙しいので、これからもっといろんな所を回ってみたいです。

◆理想の人は?

能登ミルクの社長を務めるお父さんです。ジェラート屋さんになりたいという私の小さい頃からの夢を応援してくれて、設計やデザインなどオープンまでの準備も引つ張ってくれました。

◆七尾の好きなところは?

ゆったりとした雰囲気良くて、ご飯もおいしい。東京には居場所が無い気がしていましたが、帰ってくると地元の友達や町の人も歓迎してくれてうれしかったです。

◆将来の夢は?

世界一のジェラートマエストロになることです!世界にチャレンジして、能登ミルクのおいしさを世界中に広めたいと思います。



地域ににぎわいを作ろうと張り切る宙さんと父の昇吾さん。ジェラートには能登の厳選素材が使用され、若い感性が活かされています。