

公立久米島病院だより

公立久米島病院／☎985-5555
受付時間／8時30分～11時 13時～16時
12月休診日／毎週日・月／23(土)／29(金)～1月3日(水)



デジタルヘルス研究 スタート

内科 山城 清人

を活用することで効率良く未病のままで過ごせるのではないかと期待されています。
久米島では、これらのデジタル機器などを使い研究を行います。

デジタルヘルス研究(内科)

久米島デジタルヘルス研究が始まります。デジタルヘルスという言葉は聞き慣れない人が多いのではないのでしょうか。辞書を引いてみると、「デジタル」とは、情報を0と1の数値の組み合わせで扱う方式のことと書いてあります。うーん、余計分かりにくい。久米島デジタルヘルス研究を一言でいうとインターネットを活用した健康管理や医療提供ということになります。近年医療費は膨張し続け、国の財政をひっ迫しています。医師が治す時代から個人が予防しなければならぬ時代へと変遷していくのです。そこで、どのようにして健康管理を継続していくかが課題になります。

デジタル機器で健康管理？

今脚光を浴びているのがスマートフォンやそのアプリ、または活動量計などといったデジタルヘルス機器です。これら

研究1／今回話したデジタルヘルス機器を用いる、用いないとでのデータの推移をみていく研究

研究2

／糖尿病解明に向け、腸内細菌の分布、偏り、腸内細菌が体内へ与える影響を研究

【対象】／平成29年度の健康診断を受けた方、これから受ける方

【参加条件】／●血圧や脂質、糖尿病の薬を飲んでいない方

参加者募集中!

対象になる方で参加希望者を募っております。興味のある方は役場福祉課へ、平成29年度の健診結果(職場の健診でも可)を持参いただきエントリーしてください。2つの研究の方

法やスケジュールは異なるため、参加決定した方は別途説明会を予定しています。久米島を医療・健康の面から盛り上げていくためにもふるってご参加ください。(この研究は内閣府離島活性化事業の一環で行われます。)

学習障害の画期的な指導法 その①

小児科 渡邊 幸



学習障害の中で最も指導方法が確立しているのは「読字障害：ディスレクシア」です。読字障害の発生率は4～5%です

が、日常生活の上では大きな問題がないことや、読みを必要としない学習はできることなどから、非常に気付かれにくいという特徴があります。症状としては、小学2年になっても音読がたどたどしい、計算はできるが文章題が全く出来ない、作文で「て・に・を・は」を間違える、漢字が苦手などがあります。また、乳幼児期に特に言葉の遅れ等は認めなかったのに、幼稚園に入る頃になっても全く文字に興味がない、という点も特徴的です。

私たちは通常、文字を見て音に変換すること(音韻処理)を無意識のうちに行っているために、文章をすらすらと読むことができます。読字障害では脳の音韻処理の働きが不足しているため、文字を読むことに非常に苦勞します。これにより文章から読み取る力が不足するために、「語彙(知っている言葉の数)」が極端に少なくなったり文章が読みにくくなる、という悪循環になります。

この2点に着目した非常に

有効な指導法を小枝先生が開発されています。まず「音韻処理」の改善には文字を音に変換するための脳トレーニングが大事であり、これは小枝先生が開発された「音読アプリ」が有効です。スマートフォンにこのアプリ(無料)をダウンロードして、1日5分トレーニングするだけで、ひらがなの音読がかなりスムーズになります。文字を読むことが楽になってきたら、次は語彙を増やし定着させるための指導を行います。主に国語の授業で習っている単元の中から、普段使わない単語を抜き出してその「読み」と「意味」を覚えた後に、「例文作り」を行います。読み書きだけを反復練習するのではなく、実際にその言葉を使えるようにする例文作りが大切だと言います。

読字障害に特化した指導をしっかりと行うことで、文章を読むことが非常に楽になります。読字障害であるのかを含め、気になる方は是非一度、学校の先生や小児科外来等でご相談ください。