

「クマから命を守る！」

NHK『きょうの健康』10月16日放送

NHK『きょうの健康』10月16日放送の「クマから命を守る！」に注目しました。鶴岡市では連日、クマの出没が住宅敷地内や市街地でも発生しています。クマに襲われ負傷した事例もあり、「恐ろしい時代」に入ったことを実感します。

アーバンベア

なぜ増加したのか。
クマの個体数や生息範囲が広がり、人間との生活圏の境界線があいまいになり、人里近くで暮らすアーバンベア（都市型クマ）が増加した。被害は、里・住宅地が6割を占める（2023年・秋田県内）。

防御姿勢をとる

もし、クマと出会う

たらどうすればいいか。
クマは臆病な性格で、自分が逃げる時間を与えてくれる。クマが威嚇や攻撃するとき、姿勢は立った状態になり、上半身が狙われる。攻撃を防ぐため、防御姿勢をとり、クマが去るのを待つ。

もし襲われたら、タオルやシャツで止血し、すぐに救急車を。

体の一部が欠損していれば、拾って医療機関に持ち込む。

出会わないため

クマに出会わないためには、自治体などの目撃情報報を活用する。

クマ鈴やホイッスルを鳴らす、手をたたくなど、クマにアピールする（人里付近で暮らすクマには、効かない場合もある）。

単独行動を避ける。生ごみや肥料、エサ、発酵食品、塗料（刺激臭に寄ってくる）など、好物を放置しない。戸締まりに気をつける。

出会ったときは

クマに出会ったとき

ふるさと賛歌

鈴木重雄（八色木）

日向富編・歌集「のうぜんかずら」⑭

第12回例会詠草 昭和46年1月29日

出稼ぎの土工を続けて貯めし錢を夫持ち
帰る其の有り難さ 石川きくせ

潮騒にろくに眠れず夜を明かす歓送迎の
浜の湯の宿 石川兵一郎

納会の剣士の群に望みたし誇る八栄島の
伝統守れと 同人

農こそは国の本ぞと気負ひたる二十歳の
日記に我は書きたり 石川鍊太郎

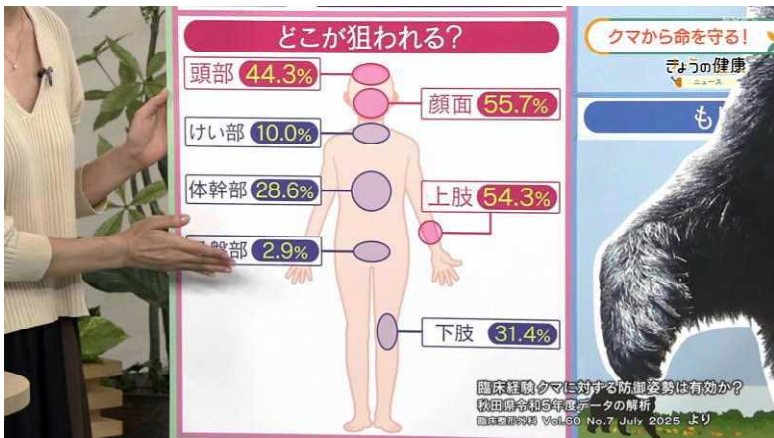
冬の陽の沁みる布団に戸惑へり草いきれ
たつ夏の匂ひす 同人

出稼者多く帰りて給油所は忙しくなり年
暮れむとす 海藤徳三

正月も七日過ぐれば友らまた別れわかれ
に稼ぎに行けり 同人

雪の上にアバの並べし寒鰯の高値に驚き
買ひもせず去る 小鷹竹尾

の対処法は、距離がある場合は、
距離がある場合、クマを刺激しないで、
様子を見ながら、ゆっくり後ずさりし、安全な場所に逃げる（急に動いたり、大声、後ろを向く走ると、クマよけスプレーが有効だが、噴射方法、届く距離、風向きなど練習が必要です）。
至近距離の場合は、
至近距離の場合、スプレーが有効
練習しておくこと
防御姿勢を！
気配がなくなるまで



クマに出会わないための対策

クマに出会ったときの防御姿勢

クマから命を守る！

情報収集
自治体などの目撃情報を活用
ビジターセンターを利用する

クマにアピール
音を鳴らす（クマ鈴・ホイッスル・手をたたく）
※人里付近で暮らすクマには効かない場合も
単独行動を避ける

誘わないで
●生ごみ ●肥料 ●犬のエサ
●発酵食品 ●塗料
などを適切に管理する

出くわしてしまったら

クマの嗅覚は犬の数倍 鋭いとされる

距離がある場合
クマを刺激しない NG 急に動く 大声

ゆっくり後ずさり NG 後ろを向く 走る

安全を確保できる場所に逃げる

至近距離の場合
スプレーが有効 練習しておくこと

防御姿勢を！ 気配がなくなるまで

偶成

其四

一朝落葉見秋生
夕影山川遍鶴城
嘹唳寒禽集曠野
旋冬搜餌有嬉声

偶成（ぐうせい）

其四

一朝落葉秋生ずるを見る
夕影山川鶴城に遍し
嘹唳たり寒禽の曠野に集うを
旋て冬餌を搜りて嬉声有り

ある朝木の葉の散るのを見て、秋の生まれるのに気がついた。

夕陽が鶴岡一帯の山川を、余すところなく照らしている。

冬の鳥の白鳥が鳴きながら、ひろびろとした広野に集まり

やがて本格的な冬になるので、餌を求めている嬉しそうな声がきこえる。



偶成Ⅱたまたまできた作。一朝Ⅱある朝。生Ⅱうまれる。夕影Ⅱ夕陽。遍Ⅱゆきわたる。鶴城Ⅱ鶴岡。嘹唳Ⅱ白鳥、雁の鳴き声。寒禽Ⅱ冬の鳥。ここでは白鳥。曠野Ⅱひろびろとした野原。旋Ⅱやがて。搜Ⅱ見当をつけたところを見つけようとする。嬉声Ⅱ喜び。

「OTC類似薬」の保険適用外しとは？

自民党と日本維新の会が20日署名した「連立政権合意書」に、「OTC類似薬」の保険適用外しなどの医療制度改革を、今年度中に実現するとあります。

「OTC」は「オーバーザカウンター」の略語で、「薬局のカウンター越しで買える市販薬」として、約7000

この薬、保険から外れるかも	
アレルギー (花粉症、じんましん、アトピー等) アレジオン錠 クラリチン錠 アレグラ錠 タリオン錠 フルナーゼ点鼻薬	かゆみ・湿疹・皮膚炎・保湿 ヒルドイドクリーム リドメックスコーワ軟膏 リンデロンVG軟膏
解熱・消炎・鎮痛・湿布 ロキソニン60mg ロキソニン ロキソニン錠 イブプロフェン フェルピナクテープ カロナール	咳・痰・呼吸器 ムコダイン錠 メジコン
慢性胃炎・胃潰瘍 ガナトン錠 ガスターD錠	感染症 オキナゾール錠錠 ソビラックス軟膏 ラミシールクリーム
便秘 マグミット錠	目のかゆみ・充血 リザベン点眼液

品目あるとされる「OTC類似薬」を保険適用から外していく方針を決めました。

国民民主党も「医療費削減」に賛成を表明し、参院選で公約しています。

これが実行されれば、患者は、解熱剤、咳・たんの薬、抗アレルギー剤など広く使われているさまざまな薬を保険で受け取れなくなり、市販薬を市場価格で買うことが求められます。そうなれば、薬にかかる負担が数倍、数十倍になりかねません。単純に3割負担が10割負担になり、負担は3倍以上増え、OTC医薬品の方が「類似薬」

◆保険外し、が見込まれるOTC類似医薬品の一例

	病院で処方されるOTC類似薬	市販薬の価格	差額
アレルギー性鼻炎、じんましん	アレジオン錠20 約105円 (24日分)	アレジオン20 約2,000円 (24錠)	約1,895円 増
去痰	ムコダイン錠500mg 約62円 (20錠)	ムコダイン去痰錠Pro500 約2,500円 (20錠)	約2,438円 増
鎮痛・抗炎症	ロキソニンテープ100mg 約36円 (7枚入り)	ロキソニンテープ100mg 約2,000円 (7枚入り)	約1,964円 増
皮膚炎・アトピー性皮膚炎	ヘパリン類似物質油性クリーム0.3% 約240円 (200g)	ヒルドイドクリーム 約5,000円 (200g)	約4,760円 増
	リンデロン-V軟膏0.12% 約500円 (100g)	リンデロンVs軟膏 約20,000円 (100g)	約19,500円 増

※価格は薬代のみで試算。調剤料などは除く ※OTC類似薬は後発薬で試算 ※取材を基に編集部で作成

より薬価が高い傾向にあることから、負担が10倍以上になる薬剤もあります（保湿剤やステロイド外用薬など）。

物価高で危機にある生活に、冷酷非情な政治を、国民の世論と運動で包囲しましょう。



困った流れに

入り口を狭め、政治献金はそのまま残すようにしようとか俺には見えた公明党の働き掛け。党として既に決着したと認識している裏金問題。だから、そんな呼びかけでも応じられなかった新総裁。これで四半世紀続いた公明党との連立は終わった。しかし、平和の党・福祉の党を標榜しながら、時には“苦渋の決断”と言い訳し、政府の判断で戦争が起これる「安保法制」を認め、消費税を下げて暮らし易くしてくれと世間が叫ぶ程の消費税引き上げまで認めてきたんだ、この党は。そこらを反省し心を入れ替えて、消費税引き下げと核兵器禁止条約加盟に向かう事を期待したいが。

▲自民党が独り身になった事から、総理大臣選びが色々の数合わせ

に。首相に国民民主の玉木党首との声があり。自身は引き受ける覚悟は出来ている・と言っていたが同時に、安全保障で俺達の政策と一致できるのか・を強調。▲政策が違うから別々の党になっているんでしょ。首相になって直ぐに国民の苦難を救済しようという呼びかけではない。本気で首相になる気なんだか？自民に持つていかれるゾ。▲と思っていいたら、自民より右寄りとみられている維新がくっ付いて、玉木さんは弾き出された。もうこれで負ける事はないと、女性総裁は満面の笑顔だ。▲しかしそれは困ったことになるぞ。大きく右回りの危険に、2度も県民投票で否定された副首都構想。県に代わって国が推し進めるのか。身を切るならば政党助成金を無くせなんだが、議員の数を減らすんだと。（石川）