

# お元気ですか



長浜市立湖北病院  
泌尿器科医師  
太田 雄基

## 過活動膀胱について

このコーナーでは、病院施設や事業のほか、生活に役立つ“健康豆知識”などを紹介します。

尿が近い、急に尿意があり我慢できない、我慢できずに尿が漏れるということがあるでしょうか。このような症状がある人は、過活動膀胱かもしれません。過活動膀胱とは、膀胱内に尿がそれほど溜まっていなくても頻りに排尿筋が収縮し、急に尿意が催し頻尿を招く病気です。高齢者ほど頻度が高く、日本で1千万人以上の患者がいるといわれています。この病気そのものは命にかかわるものではありませんが、本人にとっては生活の質が低下し、つらいものです。また、男性は前立腺肥大症がメインで、過活動膀胱が併存している場合が多いです。

徐々に長くして、膀胱にためることができる尿量を増やすトレーニングです。仕事や趣味などに没頭し、意図的に尿意を我慢して強い尿意が過ぎ去るのを待ち、最初は数分間の我慢からスタートし、少しずつ我慢する時間を延ばしていきます。ただし、尿路感染症がある場合や残尿が多い場合は悪化する可能性があります。尿が多いため、診察を受けたうえで行うのがよいかと思えます。骨盤底筋体操とは、排尿を我慢することで尿漏れを軽減するもので、数か月間、気長に続けることで効果が表れる運動療法です。併せて薬物療法も有効で、こちらも膀胱の過剰な収縮を抑えることを目的とします。

問 長浜市立湖北病院  
82・3315(代表)

これらの治療で改善しない場合には、令和2年に保険適用となったボツリヌス療法という外科治療があります。これは膀胱内に同所麻酔を行い、カメラを用いて、膀胱の筋肉を緩める薬であるボツリヌス毒素を膀胱壁に直接注射する治療で、当院でも日帰り治療することが可能です。頻尿でお困りの場合は、ぜひ当院泌尿器科にご相談ください。

## ながはまの文化財

市内には、国や県、市が指定した文化財がキラ星のごとくあり輝いています。このコーナーでは、数ある文化財の中から代表的なものをシリーズで紹介いたします。

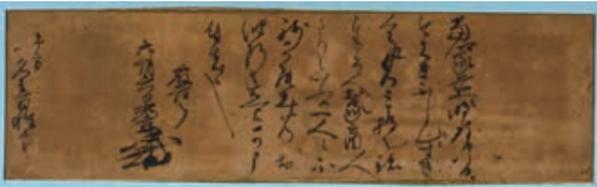
### 長浜市指定文化財 「羽柴秀吉下知状 平方名主百姓宛」

指定日：昭和49年3月27日指定  
所有者：個人蔵

羽柴秀吉が今浜城(長浜城)の築城工事に際して、近郷近在の村人へ、人夫としての出役を命じた文書です。織田信長の家臣として、天正元年(1573)に小谷城主浅井氏を滅亡に追い込んだ秀吉は、翌年から城地を湖畔の今浜(長浜)へ移し、城と城下町を建造します。この文書は、その天正2年(1574)のもので推定され、「藤吉郎秀吉」と署名し、その下に花押が据えられています。宛名は、坂田郡平方村(平方町)宛ですが、同じように出役を命じた文書は、浅井郡下八木村(下八木町)宛と、伊香郡唐川・布施・高田村(高月町唐川・布施・東高田)宛てが知られています。ただ、秀吉が領国とした北近江全域(長浜市・米原市域)の村には、どの村にも出されたと考えられます。

平方村宛てのこの文書には、城の普

請に当たり鋤・鍬や「もっこ」を持参し、農民はもとより「諸奉公人」・「出家」・「商人」であっても、明後日の6月8日には参集するように伝えていきます。鋤・鍬は農業で使うスコップのような道具、「もっこ」は縄などを網状に編んだ資材を運ぶ道具です。最後に、出役しない者がいれば厳しく断罪するとありますので、村内各戸から必ず1人は出る必要があったものと推測されます。平方村宛て以外の2通と比較すると、この文書のみ「商人」という記述があります。中世の平方は琵琶湖の良港として栄え、市場も立っていたことが知られています。そのような、村々の実情をしっかりと把握して、この文書が出されている点は驚きです。



▲羽柴秀吉下知状 平方名主百姓宛

問 歴史遺産課 ☎65・6510

## ●広報ながはまに関するご意見 (今後、特集を希望するテーマ)

年齢 歳 ( 男性 ・ 女性 )

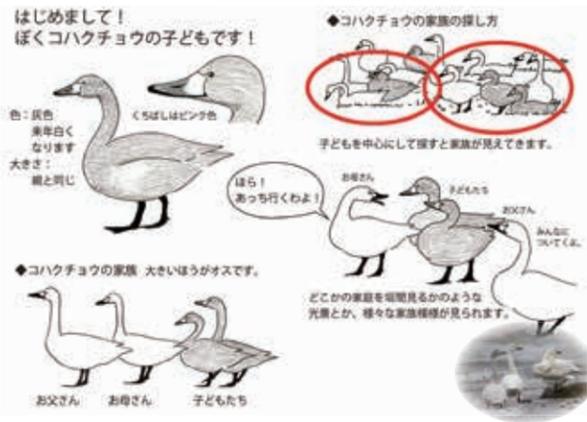
※担当課からの返事をご希望の場合は、氏名・ご住所・連絡先(電話・メールなど)をご記入ください。

## ●市政に関するご意見

## ながはまの自然 不思議発見!

### エピソード 16 「コハクチョウ」

このエピソードを紹介するおもしろ動画はコチラ



長浜に冬の到来を告げるコハクチョウの第1陣が10月15日に到着しました。琵琶湖が、渡り鳥たちで一層、賑やかになる季節の到来です。冬にやって来る渡り鳥の中で、コハクチョウは最も長い距離を旅する水鳥のひとつで、その距離は繁殖地の北極圏のツンドラ地帯から日本の長浜までの数千キロに及びます。中継地で休み休みしながら、1か月ほどで数千キロを移動する彼らの能力に驚かされます。

コハクチョウの第1陣は成鳥がほとんどで、その後しばらく経ってから幼鳥を連れた家族の群れが渡来する場合がございます。これは、幼鳥には渡りの経験がないため、親が気遣って、ゆっくり渡るからではないかと推測されます。

コハクチョウは家族の絆がとても深く、長浜での越冬期間はずっと

問 湖北野鳥センター  
☎79・12009