

# 防災 コラム



今年の冬は大雪？少雪？  
過去のデータなどから  
今年の冬を予測してみよう！

11月に入り、そろそろ雪の心配をする季節になってきました。令和5年から6年は暖冬で、ほとんど雪は降りませんでした。今年も、過去のデータなどから今年のおお雪を予測してみよう。

## 気象庁が今冬の予想を発表

気象庁は9月24日に、令和6年12月から令和7年2月までの気温や降雪量などの予想を公表しました。それによると、北日本の日本海側の平均気温は「平年並み」、降雪量は「平年並みまたは多い」という予想でした。

## 積雪深は令和2年並み？

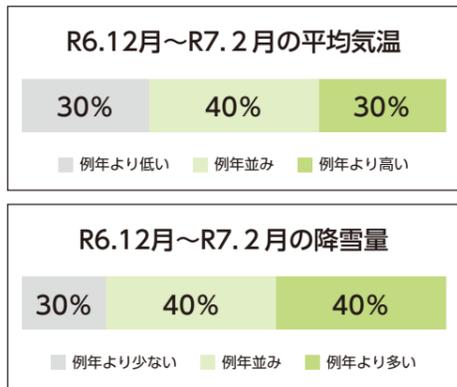
金山町の過去の積雪深を見てみましょう。令和5年度と同じく少雪だった令和

元年度の翌年、令和2年度は、金山町の平均積雪深である137cmに近い積雪深(131cm)となっています。気象庁の予想通りの降雪量であれば、今年はおおよそ令和2年度のような雪の降り方になることが予想されます。

## 除雪の際の注意点

これらはあくまで予想ですので、気象条件によっては大雪になる可能性もあります。雪への備えはもちろん、除雪や雪下ろしの際は次の点に注意しましょう。  
▼除雪時は流雪溝に少しずつ雪を投入し、水上がり防止しましょう。  
▼除雪機に異常が生じたら、必ずエンジンを切ってから確認を行いましょう。  
▼屋根などの雪下ろしの際は、複数人で行い、ヘルメットや命綱を必ず着用しましょう。

## 【気象庁 寒候期予報(北日本/日本海側)】



## 【金山町の最大積雪深(月・年度ごと)】

	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5
11月	0	2	0	23	2	4	1	0	0	13
12月	143	56	33	93	50	40	57	48	104	32
1月	171	114	106	154	128	27	114	145	120	62
2月	197	115	123	191	127	61	131	170	124	31
3月	140	111	103	162	79	10	101	145	96	44
4月	43	0	36	35	17	0	0	53	0	0

単位：cm

# はじめての Birthday

晴れて1歳の誕生日を迎える金山の可愛い子どもたちを紹介します♪



ふにゅう たいが 舟生 大雅ちゃん (左)  
ふにゅう ゆうと 舟生 裕翔ちゃん (右)

【地 区】漆野  
【誕生日】11月15日

我が家に生まれてきてくれてありがとう！  
2人仲良く、のびのびと元気に育ってね！



ぬまざわ はな 沼澤 英ちゃん

【地 区】入有屋  
【誕生日】10月10日

生まれてきてくれてありがとう。これからもたくさんの可愛い笑顔をみせてね。



さとう こと 佐藤 琴ちゃん

【地 区】七日町  
【誕生日】11月4日

いつもにこにこ笑顔をありがとう。  
これからも元気いっぱい大きくなってね。

町立金山診療所だより vol.189

# ほっとクリニック

早期発見が大事！  
食道癌のリスクと予防法

山形県立中央病院  
消化器内科 佐藤 裕人

金山町の皆さん、こんにちは。私は山形県立中央病院消化器内科の佐藤裕人と申します。月に1度、診療所で胃カメラの検査を担当しています。本日は「食道癌」についてお話しさせていただきます。

皆さんは食道癌にどのようなイメージをお持ちでしょうか？胃癌に比べると、食道癌は耳にする機会が少ないかもしれませんが、「ピロリ菌」を思い浮かべると、よくし、ピロリ菌の除菌治療を受けた方もいらっしゃるかもしれません。しかし、食道癌はピロリ菌とは関係がありません。食道癌のリスク因子とは何でしょうか？どうすれば予防できるのでしょうか？

食道癌は年間2〜3万人がかかり、男性は女性よりも5倍かかりやすいと言われています。男性の癌による死亡原因の第7位にあり、食道は細い臓器のため、癌ができると食事が通りづらくなり、生活に大きな支障をきたします。

食道癌の2大危険因子は「飲酒」と「喫煙」です。特に、お酒を飲むと顔が赤くなる「フラッシュ」の方は、食道癌のリスクが5〜10倍高まると言われております。該当する方は、飲酒を控えることが重要です。また、喫煙は肺癌や喉頭癌など、多くの癌のリスクを高めますので、禁煙も強くお勧めします。

食道癌はStage IからIVまであり、早期発見が非常に重要です。Stage Iの早期であれば、内視鏡治療が可能で、治療成績も良好です。しかし、Stage IVでは抗がん剤や放射線治療が中心となり、完治が難しくなります。ただし、最近では抗がん剤治療の進歩により、生存期間が延び、生活の質も向上しています。

最後になりますが、なんとと言っても早期発見が鍵です。飲み込みにくさや胸の違和感を感じたら、それは食道癌のサインかもしれません。危険因子に心当たりの方は、早めにご相談ください。このコラムが皆さんの健康維持に少しでもお役に立てれば幸いです。質問やご意見がありましたら、ぜひお気軽にお知らせください。