

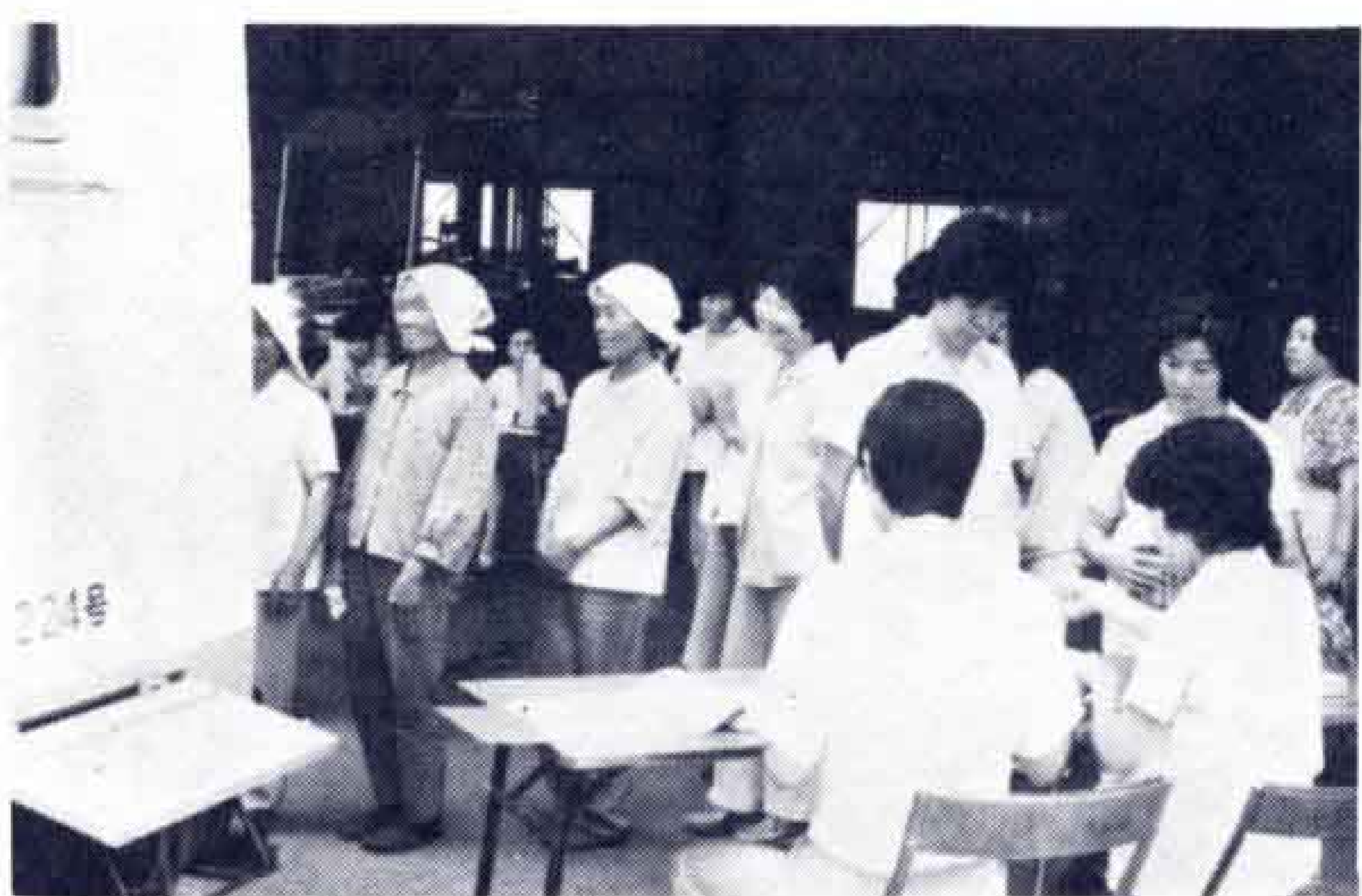
自分の健康を守る

地域ぐるみ
の推進運動

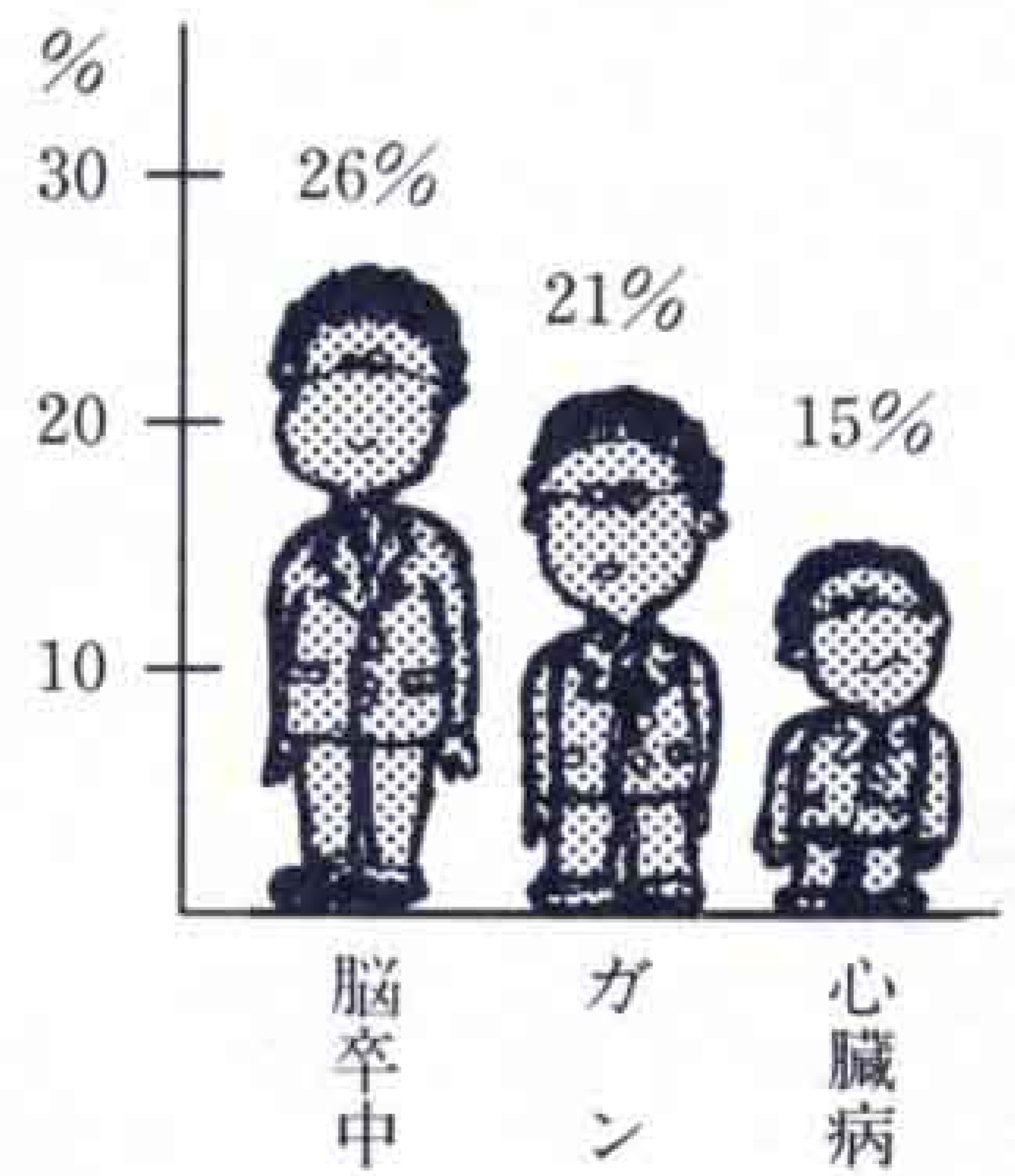
市は、「自分の健康は自分で守る、をスロ
ーガンに、昭和53年度から健康づくり推
進事業」を行っています。

この事業は、将来、それぞれの地域に結び
ついた健康づくりを全市的な運動に盛り上げ
ていくためのものです。

みなさんも、夏バテに負けないよう自分に
合った健康管理を考えて見ましょう。



市内の成人病死亡者割合



全国的に 増えつづける成人病

日本人の平均寿命は、男73歳・女
78歳。

現在、世界の長寿国は、男が1位
日本、2位アイスランド、3位スウ
ェーデン、女が1位アイスランド、
2位日本、3位ノルウェーの順です。

世界でも長寿国となったわが国で
すが、複雑化する社会の中で、肥満
貧血、成人病などが増えています。

特に、成人病といわれている脳卒
中、ガン、心臓病は、死亡者の62%

を占めています。
成人病は慢性病の一種で、40歳、
50歳代になると急激に増えてきます。

成人病を防ぐには、早期発見と適
正な健康管理が必要。

それには、定期的な健康診断を受
け、常に自分の健康状態を確かめて
おくことが大切です。

厚生省は、健康問題について、1
人1人が、自分の健康は自分で守る
という観点に立ち、昭和53年から10
年計画で「国民健康づくり推進事業、
を市町村を実施主体としてスタート
させました。

8月の当直医



休日当直医は、
富士医師会が急病
患者のために定め
たものです。

当直医は、急病
のときだけご利用
ください。

■ 8月10日

外科 川村医院 61-4050 中島
" 鈴木医院 52-2213 宇東川東
産婦人科 池田医院 21-2228

石坂

■ 8月17日

外科 中央病院 61-8800 本市場
" 清河医院 21-6212 広見6
産婦人科 池谷医院 61-0873

水戸島本町

■ 8月24日

外科 檉村医院 63-8881 柚木
" 渡辺病院 51-3751 錦町1
産婦人科 武田医院 63-5122
西宮島

■ 8月31日

外科 松本医院 71-2570 久沢
" 米山病院 52-3060 吉原4
産婦人科 長野医院 61-1907

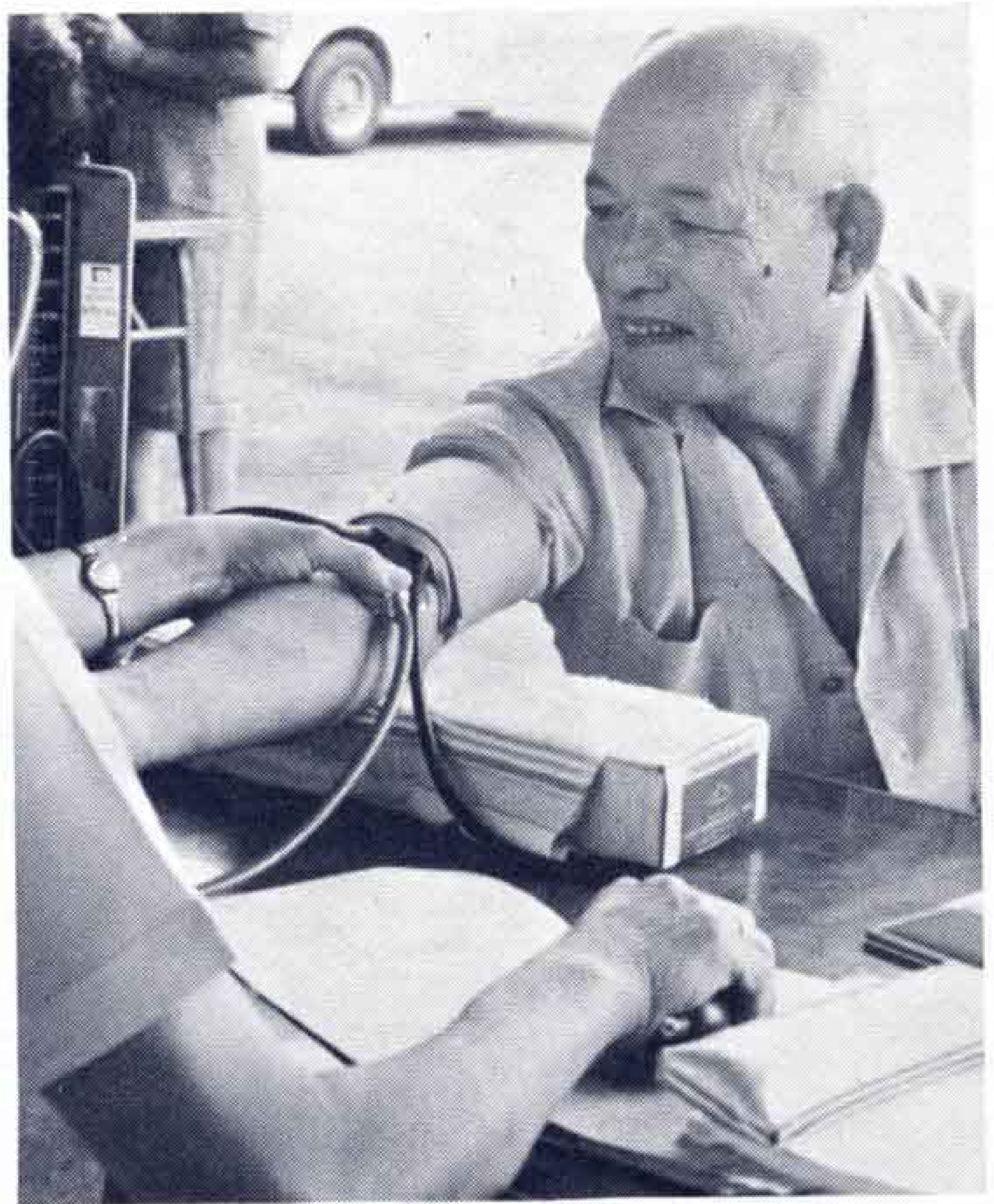
柚木

内科・小児科は医療センター（長
者町）で行います。 ☎52-3104

今年は大淵地区で実施

市健康課は、国の推進事業にもとづき、昭和54年度鷹岡地区、55年度大淵地区をそれぞれ重点地区に指定し、事業

を実施しています。
大淵地区を対象とした、今年の主な事業計画は次のとおりです。



と き	名 称	対 象 者	会 場	内 容
4月23・24日	地域懇談会	各種団体役員	大淵公民館	事業計画・スライド上映
7月11日～21日	血圧相談	40歳～64歳までの成人	各地区	レントゲン撮影時に、血圧測定及び検尿
5月～3月	老人健康相談	老人クラブ会員	各地区公会堂	健康相談など
"	栄養学級	婦 人	大淵公民館	調理実習と講義
10月～12月	成人病教室	高血圧の人	"	保健、栄養相談
10月10日	健康づくりのつどい	一 般	"	体力測定、血圧測定など
11月	家庭健康教室	婦 人	"	すぐ役立つ看護法と食事

高血圧が19パーセント

この事業計画の中にもあるように市健康課は、7月11日から21日まで大淵地区で血圧測定および検尿を実施しました。

対象者は、40歳から64歳までの成人1,444人で、出席したのが51歳にあたる743人。

血圧測定の結果をみると、743人中正常の人が68.2%の507人、高くなる可能性のある人が12.4%の92人、高血圧の人が19.4%の144人でした。

高血圧と診断された144人のうち、自分で血圧が高いことに気がつかず、放置していた人が97人も

いました。

これらの人には、受診券を渡し、医療機関で受診するよう指導。

なお、高血圧の人に対しては、10月に成人病教室を開き、保健、栄養相談を行うことにしています。

血圧測定に出席した長沢さん、佐野さんに聞いてみました。



長沢ぬいさん
(57歳)
市内八王子
2丁目

血圧測定と尿検査があることは、

近所の人から聞きました。

私は、血圧が高いので注意しています。

10月に血圧の高い人の勉強会があるようですから、出席します。

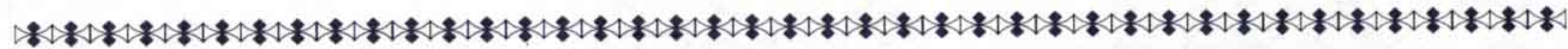


佐野由蔵さん
(60歳)
八王子1丁目

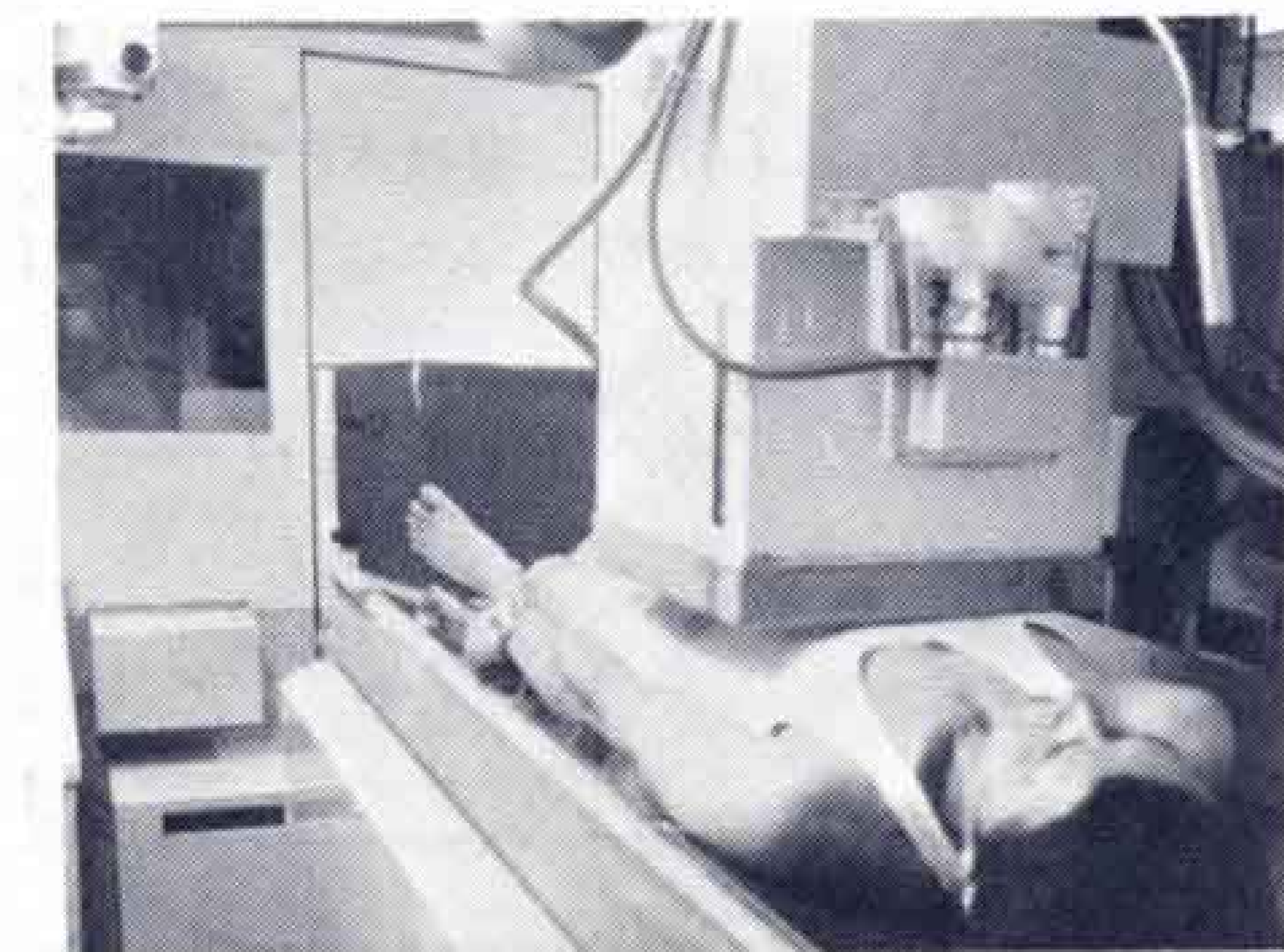
半年に1度は、血圧測定や定期検査を受けている。

健康には、十分気をつけているよ。このようなことはこれからもどしどしやってもらいたいね。

問合せは市健康課 内線 316



成人病検診を受けましょう



巡回検診車による胃ガン検診

市は、成人病予防のために、胃ガン検診、子宮ガン検診、循環器検診を行っています。

成人病予防は、早く発見し適正な健康管理をすすめることが大切です。

■胃ガン検診

各町内単位で巡回検診を行っています。

都合により、受診できない人は、市立中央病院で毎週土曜日

8:30から10:30まで行っていますから受けてください。

・個人負担金 800円

■子宮ガン検診

・受診場所 市内各産婦人科病医院

・個人負担金 800円

■循環器検診

・受診場所 医療センター

・受診日時 毎週水・金曜日

8:30～11:00

・個人負担金 500円