

第2次白鷹町健康増進計画 **元気ニコニコしらたか21**

GENKINIKONIKOSHIRATAKA 21

【問い合わせ】健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

今回は、計画に基づいて実施する「心もいきいき働き盛りの健康づくり」の今年度の重点事業についてお知らせします。

1. 生活習慣病発症・重症化予防の徹底**[生活習慣病発症予防の充実]**

より多くの方に健診を受診し、体の状態を確認してその後の健康づくりにいかしていただくために、国民健康保険加入の40～64歳の方に申込の有無に関わらず、受診券と問診票をお送りします。また、

特定健診の対象（国保加入40～74歳）で健診受診が3年連続確認できない方についても同じく受診券と問診票をお送りします。この機会にぜひ、健診を受けて健康づくりを始めましょう。

[生活習慣病重症化予防の充実]

町では特定健診の結果、高血糖の方が全体の5割超と多い状況にあります。高血糖の状態が続くと糖尿病になり、重症化することで腎臓病を発症し、さらには脳卒中や心臓病を引き起こす恐れもあります。しかし、高血糖でも自覚症状はほとんどなく医療機関を受診する方が少ない状況です。そのため、

高血糖と腎機能の働きを診るクレアチニン検査で受診や精密検査が必要な方には健診結果を保健師が直接お届けし、結果を説明して医療機関を受診いただきます。また、その後、受診を確認いたしますので、要受診や要精密検査の判定が出た場合は放っておかず、早めに医療機関を受診しましょう。

[がん対策の充実]

平均寿命の延びとともに、がんは国民の2人に1人がかかる時代になりました。しかし、早期に発見して治療することで、その後も同じように生活できるようにもなります。そのため、より多くの方にがん検診を受けていただけるよう、該当年齢の方に乳がん検診、子宮頸がん検診、肝炎ウイルス検査が無料で受けられるクーポン券を発行します。対象とな

る方へは5月中にご案内いたしますので、この機会にぜひがん検診を受診ください。

また、検診の結果、要精密検査の判定を受けても受診しない方が特に女性に多い状況です。それでは検診を受けた意味がなくなるため、できるだけ早く、必ず医療機関を受診ください。

2. こころの健康づくりの充実**[こころの健康相談会の開催]【新規】**

町の第2次食育・地産地消推進計画（H28.3策定）のアンケート調査の結果、「こころが元気」だと感じている人の割合が、76.3%と以前よりは増えているものの、自殺の死亡率は国や県よりも高く、働き盛りの男性に多い現状です。さらには「若い世代のこころの悩みが増えている」、「町内に精神科医療機関がなく相談や受診がしにくい」などの課題があり

ます。そのため、こころの悩みを抱える方やそのご家族が、身近で気軽に相談いただける機会として、こころの専門家である臨床心理士による健康相談会を、年3回開催いたします。

町の健康づくり事業の詳細につきましては、『平成28年度元気ニコニコ推進カレンダー』『広報お知らせ版』と町のホームページでご確認ください。