

健康せきかわ21 いきいきライフ



昨年の特定健診のようす

春は健診の時期 皆さん受診しましょう

新年度になり、学校や職場では健康診断の時期になってきました。村でも、下記のとおり各種健診を予定していて、5月に実施する健診の受診票を先日配布しました。(詳しい日程は、5月1日号広報お知らせ版をご覧ください)

自分の体や健康を確かめるため、皆さん健診を受けましょう!

なお、7月に実施する胃がん検診、大腸がん検診の受診票は6月初めに送付します。

5月	・婦人がん検診 (子宮がん、乳がん) ・肺がん検診 (胸部レントゲン) ・特定健診 ・前立腺がん検診
6月	・婦人がん検診 (子宮がん、乳がん)
7月	・胃がん検診・大腸がん検診 ・未受診者検診 (7/11) 胃がん検診会場で、肺がん・特定健診の未受診者

勤めていて休みのとれない方のために、胃がん検診は土曜日にも実施します。また、肺がん・特定健診の未受診者検診も7月11日(土)に実施します。

健診(検診)の受診率が低い
40~50歳代(特に男性)

肺がん検診受診率

・・・40歳代 47% 50歳代 63%

胃がん検診受診率

・・・40歳代 28% 50歳代 47%

特定健診受診率(国保のみ)

・・・40歳代 27% 50歳代 28%

*平成20年度結果より

実は 一番受診してほしい
大事な年代...

この年代は、健康に関心を持つ人はまだ多くないようです。特定健診の未受診だった40~50歳代の方々を訪問した結果、「時間がない」「面倒くさい」「具合が悪かったら医者に行くから検診の必要はない」などの理由の方が多く状況でした。

しかし、生活習慣病といわれるガンや脳卒中、糖尿病などは、40歳代から始まるといわれています。病気の初期には自覚症状がないことが多く、早期に発見することが重要です。

家庭でも職場でも一番の大黒柱であるこの年代の方々に、ぜひ健診を受けてもらいたいと思います。

保健師の担当地区のお知らせ

保健分野(生活習慣病健診・健康づくり・赤ちゃん健診・子育て支援など)を担当する保健師は、下記のとおり4人で各地区を担当します。

保健師	新野 由美子	稲垣 暁美	佐々木 沙織	島津 心
担当 地区	下 関	四ヶ字 女 川	霧 出 川 北 九ヶ谷	上 関 湯 沢 七ヶ谷

よろしく
お願いします



保健師
しま っ ころ
島 津 心

はじめまして。4月から正職員になりました保健師の島津心です。

滋賀県の出身なので、まだまだ新潟県や関川村のことが分からないので、村民皆さんから色々なお話を聞かせていただきたいと思います。

よろしくお願いします。

関川村包括支援センター通信 ⑬

地域包括支援センター 役場庁舎内一階 電話六四一―四七三

包括支援センターは高齢者総合相談窓口

地域包括支援センターが役場庁舎内に設置されてから三年が経過しました。

地域包括支援センターには、高齢者の総合相談という大きな業務があります。

相談内容の

トップは「介護」

包括支援センターの相談の中で一番多いのが介護についての相談です。特に最近は、認知症に係る相談が増えています。

「何度も同じことを聞く、話す」「日にちや時間の感覚がなくなった」「物がなくなった」といい、部屋中を探し回る「家族を泥棒扱いする」など、内容は千差万別で、誰一人として同じ症状を呈することのないのが認知症の症状の特徴です。

認知症かもしれないと思って相談に訪れる家族もいますが、認知症とは思わずに、混



気軽に立ち寄って相談ができるセンターを目指しています。秘密は固く守られます。

乱して来所する家族の方もいます。また、「包括支援センターという場所を知らなかった」「もっと早く相談に来ればよかった」という声もまだに聞かれます。

この反省をふまえ、今後は多くの住民の方に包括支援センターを知っていただくため、村内の関係機関をはじめ、老人クラブ、地域の茶の間など地域の身近な方々にも知っていただけるような活動をしていきたいと考えています。

健康講座

57

「気管支喘息」^{ぜんそく}について

県立坂町病院 診療部長 浅野良三

気管支喘息は、最近増加傾向にあり、日本では約三・二%の人が喘息に苦しんでいます。

喘息の特徴として、刺激による気道閉塞、気道反応性の亢進がありますが、これらは慢性的の気道炎症が本態となつて引き起こされていて、咳や喘鳴、呼吸困難などの症状が特徴的です。成人喘息には、アレルギー反応により特定の抗原に反応して起こるアトピー型喘息とアレルギーの関与が証明されない非アトピー型があり、高齢で発症する場合は、後者の割合が多くなります。

診断は、喘息発作を繰り返す場合は容易ですが、発症初期では典型的な症状が出ないため難渋します。臨床的には、発作性の呼吸困難や咳、治療などにより、良くなる可逆

れています。

喘息と区別しなければならぬ病気として、気道の異物、慢性閉塞性肺疾患、心不全、自然気胸など多くの疾患があります。喘息死に関しては、従来、年間五千人から六千人の方が亡くなっていましたが、治療の進歩により、二〇〇六年には二千八百人に減少してきました。

治療は、吸入ステロイド剤の導入により著しく改善しました。吸入ステロイド薬は、軽症から重症までの方の使用が推奨されています。また、軽症持続型から重症まで長時間作動型 2 吸入薬の併用が推奨されています。加えて、症状によってテオフィリン徐放剤や抗ロイコトリエン剤の併用も勧められています。最近吸入ステロイド薬と長時間作動型 2 吸入薬の合剤が使用可能となり、吸入が容易になりました。

喘息は、十分な治療を受け、発作を予防していただきたいと思えます。

*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。
電話六二 三一一