

けんこうガイド

検診は庭の手入れと同じです

●問い合わせ先 保健福祉課保健福祉グループ
☎ 0146・47・2113

皆 さんは定期的に特定健診・がん検診を受けていますか？

特定健診とは、メタボリック症候群（内臓脂肪症候群）をみつけて、予防・改善するためのものです。

平成20年度の新冠町国民健康保険加入者の特定健診受診率は、およそ24%と低迷していました。平成22年度は31・3%（暫定）と受診率は伸びています。みなさんの地域の受診率はいかがですか？

特定健診・がん検診は定期的に繰り返し受けることが重要です。健診を受けることは「庭の手入れ」のようなもので、雑草とを上手にするコツは、ほどほどに、しかしまめに行うことです。草刈機を使ってどんなに完璧にやっつたつもりでも、1週間後にはまた雑草が生えてきます。

例えば、集団検診などで行う大腸がんの便潜血検査は、安価で手軽にでき、感度（がんを見つける力）は50%程度です。

一方、精密検査で行われる大腸内視鏡検査の感度は95%とほとんどのがんを見つけることが出来ます。しかし、大腸内視鏡検査は負担や副作用も多く、毎年健診で受けるということは現実的ではありません。がんはいつ発生するかわからないので、どんなに完璧な検査を行ったとしても早期

発見が可能な時期より前であれば、見つかることはできません。定期的な検診に勝るものはないのです。

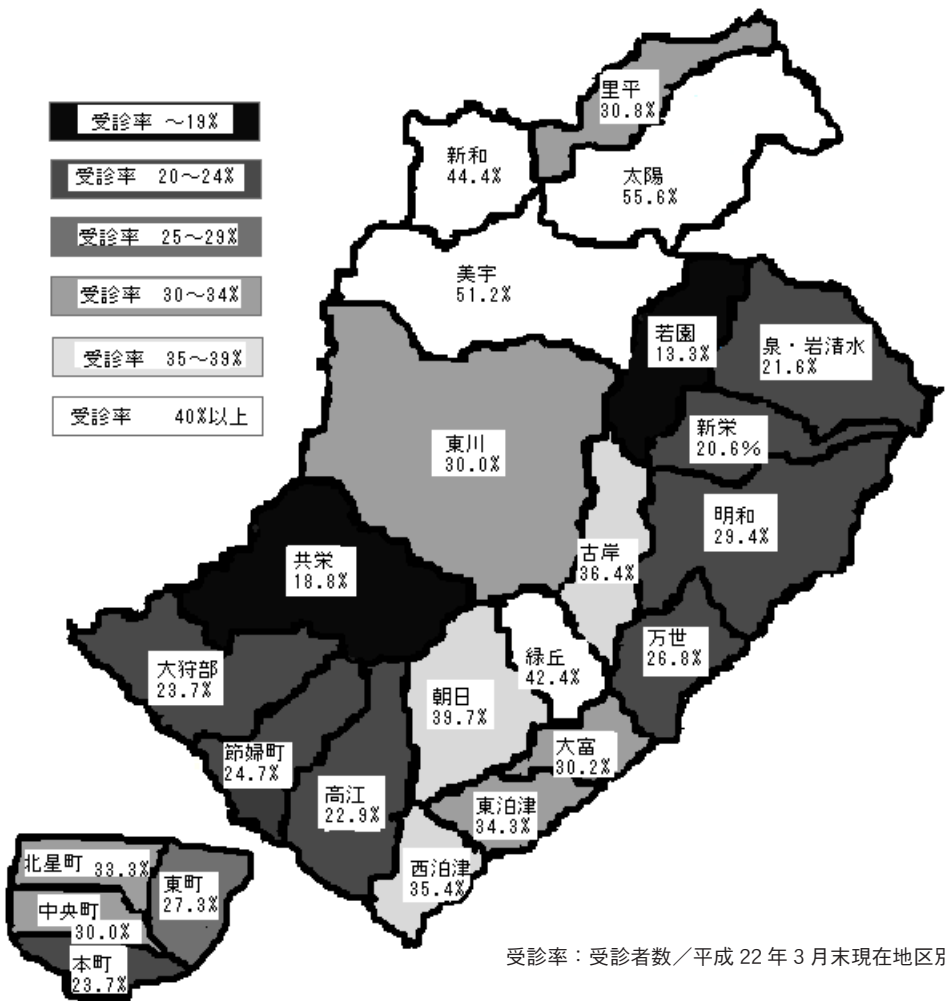
また、本年度から大腸がん検診・肝炎ウイルス検査に關し、5歳きざみで検診費用の無料化事業を実施しています。対象となる方には、検診の無料クーポン券、案内を送付していますので、まだ受診されていない方は3月の期限までにぜひ受診してください。

集団健診（保健センター）	
特定健康診査	平成24年2月5日(日)、6日(月)
各種がん検診	受付期間：12月26日～1月20日
婦人科検診	平成24年1月21日(土) 受付期間：12月9日～1月6日

新冠町国保と後期高齢者医療に加入されている方は新冠町国保診療所、勤医協厚賀診療所、静仁会静内病院、北海道厚生連でも特定健診が受けられます。
※事前に医療機関へ予約が必要です。

2月1月		静内保健所から ☎0146・42・0251	2月												1月												月日	健康カレンダー
4日(金)	18日(金)		8日(水)	6日(月)	5日(日)	2日(木)	30日(月)	25日(水)	21日(土)			19日(木)	18日(水)	13日(金)	11日(水)	10日(火)												
13時00分 受付	16時30分		9時11分00分	10時30分	8時30分	7時30分	6時30分	受付	9時12分00分	18時19分30分	9時14分00分	14時13分30分	13時13分00分	10時13分30分	9時10分30分	受付	9時11分00分	9時14分00分	13時13分20分	受付								
			しゃや塾	お喜楽☆おたつ	前立腺がん検診	胃・肺・大腸がん検査	特定健診	しゃや塾	お喜楽☆おたつ	からだのなかから健康美講座	お喜楽☆おたつ	しゃや塾	婦人科検診	お喜楽☆おたつ	しゃや塾	フッ素塗布	お喜楽☆おたつ	しゃや塾	おやこの楽しい料理教室	BCG予防接種								
			保健センター	保健センター		保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター									
健康相談 こころの		※要予約 (1月30日/切り)		※要予約 (12月26日/切り)																								

平成22年度 地区別特定健診受診率（国保加入者分）



受診率：受診者数／平成22年3月末現在地区別対象者数

あなたの地区の受診率はいかがですか？

介護ワンポイント アドバイス ⑫

認知症を予防しよう！

第2回目



《老化による「もの忘れ」と「認知症」の違い》

前号では、老化による「もの忘れ」と「認知症」の症状についてのクイズを出題しました。みなさん、どうでしたか？

記憶や思考、会話など日常生活に必要な脳の働きを「認知能力」といいますが、それが低下したり失われたりして生活に支障が出る状態のことを「認知症」と言います。認知症で最初に出てくる症状が「もの忘れ」ですが、認知症によるものと加齢によるものは違います。

例えば、道で知り合いにばったり会ったとします。顔はわかっているけれども名前を思い出せないというの、加齢によるもの忘れで、顔も名前も思い出せない、会ったこと自体を忘れている、いわばいつでも初対面というのが、認知症によるもの忘れです。



●保健福祉課保健福祉グループ
☎ 0146・47・2113（直通）

介護のことは、お気軽にご相談ください。
保健福祉グループ 高橋 昌嗣