

『健診』のすすめ ～年に一回、自分の体を見つめましょう～

南部町の健康状態 ～生活習慣病の予防が大切です～

本町の死亡原因は、1位 悪性新生物(がん)、2位 脳血管疾患、3位 心疾患となっており、これらが全体の約7割を占めています。全国的にも同様な傾向にあります。鳥取県西部の町村と比較すると、男女ともに脳血管疾患が原因で亡くられる方が多い現状です。脳血管疾患は、高血圧・糖尿病・脂質異常(高脂血症)などの生活習慣病が大きく関係していますので、日ごろから自分の健康状態を知り、それに合わせた生活を送ることが大切です。

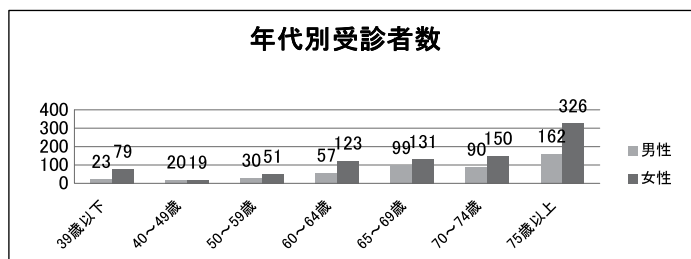
平成21年度南部町健康診査の結果から

～今年度は1372人の方が健康状態のチェックをされました～

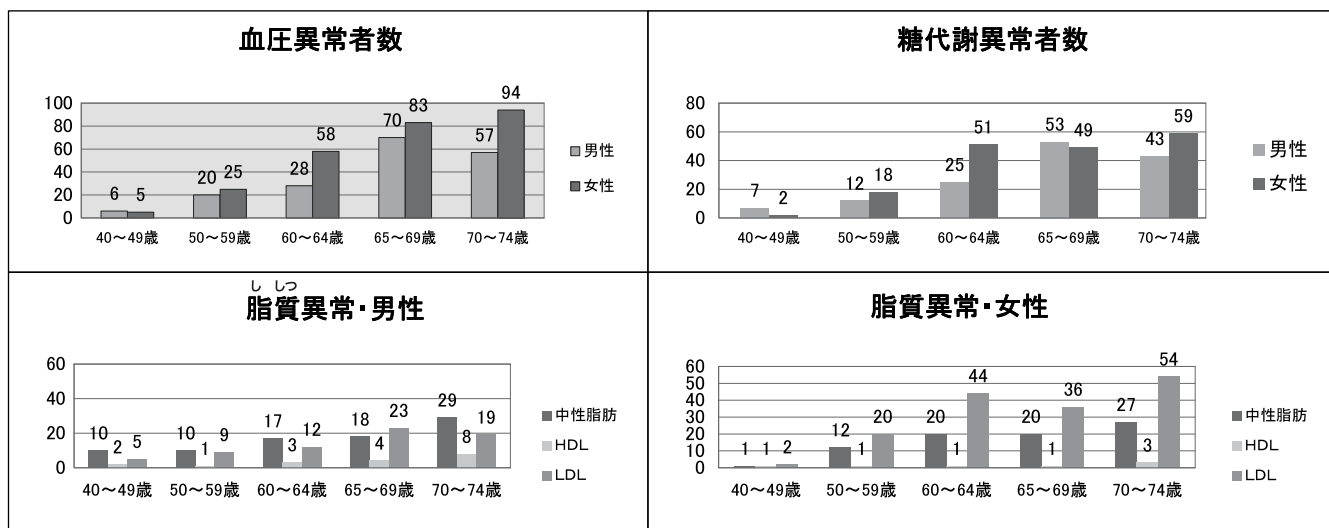
本町の健康診査は集団(公民館での健診)と、個別(医療機関での健診)で実施しています。数年前と比較すると、男性の受診率が上がってきているようです。

健康診査の結果、7割は既に治療中の方で、健康だった方は1割でした。

また、前年度には職場なども含め、いずれかで健診を受けられた方は約半数おられ、高齢者ではかかりつけの医療機関に定期受診しておられる方が多くみられました。



～特定健診(40から74歳の方で南部町国保加入者)での検査結果をみてみました～



特定健診は、男性296人、女性は474人の方の結果です。男性の脂質異常を除き、年齢と比例して異常者の数が増えています。割合にすると、女性より男性で血圧と糖代謝異常のある方が多く、特に65～69歳の男性で糖代謝異常者が多いことが分かります。

男性では高血圧と糖尿病、女性では高血圧と高脂血症に注意をされることが大切です。

平成22年度の健診について

若い世代から健診を受ける習慣をつけ、早めに生活習慣を見直すことが将来の脳血管疾患死亡を減らすことにつながります。本人はもちろん、ご家族お誘い合わせのうえ健康診査を受けましょう。

22年度の健康診査は、町内の医療機関での個別健診か、地区公民館でのセット健診(特定健診など・がん検診)などの集団健診のいずれかを受診していただくように計画しています。また、西伯病院では休日健診も実施しますので、ご利用ください。詳しくは3月に全世帯にお届けする検診申し込み書と、同封のちらしをご覧ください。

健康診査結果をみられて、生活習慣の改善を希望される方は、町の栄養士や保健師をご利用ください。