



ほっとネット

編集・発行 福島県県中保健福祉事務所・県中地区衛生組織連合会

須賀川市旭町153-1
(郵便番号962-0834)
電話0248-75-7805
FAX 0248-75-7824

平成20年4月から始まった「特定健診・保健指導」
石川町での実施状況について紹介します。

特定健診スタート！



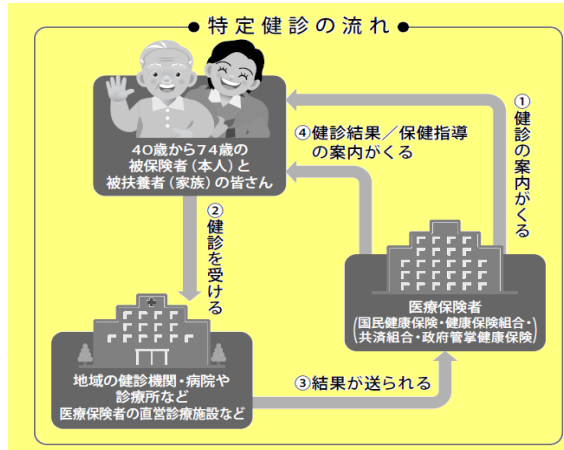
■ 特定健診の準備は、旧年度から進めていました。対象者把握は、2月に毎年実施している“翌年度の健診の意向調査”からで、5,500の全世帯にがん検診を含む集団健診の意向を、記入していただきました。

20年度からは、国保加入者の方には、全員に受診券が届くことなどの説明をはじめ、町広報誌などにより、周知に努めたところです。

■ しかし、該当外の方から希望があったり、“75歳以上は町の健診は受けられないのか”“70歳以上からも個人負担金をとるのか、今まで無料だったのに”など住民の方からの問い合わせが多数寄せられ、住民の皆さまにもわかりづらく大変ご迷惑をおかけしました。

住民の皆さまも、医療制度が変わることに伴い、健診の方法内容も変わることで、後期高齢者制度ができて保険料も自分で払うようになったことなど、さまざまな制度の変化に戸惑いを感じたことと思います。

これに加えて、特定高齢者候補者の方の生活機能検査が入り、御自身が何の検査を受けるのかも曖昧で会場にいらした住民の方もおありでした。健診当日には、受付でも、ひとり一人の住民にあった、健診の内容の確認と説明を行いました。



メタボリックシンドロームの診断基準でいうおへそ周り(腹囲)は、図のように図ります。日常で腹囲を測るときのポイントは、

おへそ周り(腹囲)の測り方

- ① 立った姿勢で
- ② おへその高さを
- ③ 軽く息を吸って吐き出した状態で
- ④ 地面と平行に(水平に)

ここを測る

メタボリックシンドロームの診断基準でいうおへそ周り(腹囲)は、図のように図ります。日常で腹囲を測るときは、ポイントとして、

① 立った姿勢で

② おへその高さを

③ 軽く息を吸って吐き出した状態で

④ 地面と平行に(水平に)

の4つです。自分で図りにくいので、できれば家族などに測ってもらいましょう。自分で行う場合には、鏡を見てメジャーが水平になるように測定します。

なお、お腹の脂肪が多く、おへそが下がっている体型の人は、肋骨(ろっこつ)あばら骨のいちばん下と、骨盤の出っ張っている所の中間の高さで測ります。

■ 特定健診については、いろいろありましたが、今は健診の結果を待っているところです。すぐに特定保健指導を実施する予定ですが、国保・社保・年齢を問わず、受診者の方全員に、今までのような、生活習慣病予防の一般健康教育として、健診結果説明会をする予定です。

これからも、石川町住民の方々が、いつまでも健康な毎日を過ごせるよう、私たちも努力していきたいと思ひます。

目次

特定健診スタート！	1
「飼い犬等のしつけ方教室」の開催について	2
8月は食品衛生月間です！～食中毒に注意しましょう～	2
神経難病患者支援に携わる関係者を対象とした講演会(研修会)のお知らせ	3
肝炎インターフェロン治療に対する医療費の助成について	3
福島県地域の子育て応援交付金！県中地域の見どころは…	4
「社会全体で子育て・子育て支援を推進する環境づくり！」～福島県県中の方部子育て支援連絡会議～	4
「親支援・性と生のワークショップ」開催のお知らせ	4
「こころの健康にお役立てください！」	5
こころ 元気ですか？	5
「保健・福祉宅配講座」のご案内	6
地区連だより	6
編集後記	6



※図は、広報いしかわ2008年3月号より抜粋しています。

「飼い犬等のしつけ方教室」の開催について



少子高齢化が進む現代社会において、動物を家族の一員として迎える家庭が増えています。そのなかでも特に犬は、私たちにとって最も身近な動物といえるでしょう。

しかし一方で、飼い主の、動物に関する正しい知識が不足していることによるトラブルが後を絶たない状況でもあります。

そこで保健所では、「飼い犬等のしつけ方教室」において、犬に関する法令や犬の生理・生態に関する基礎知識及び犬の基本的なしつけの方法について講習会を実施し、人と動物が共生できる社会を目指しています。

“あなたの犬はわがまま犬ではありませんか？”

“あなたの犬は近所の嫌われ者ではありませんか？！”

あなたも、「飼い犬等のしつけ方教室」に参加して、
地域における模範的な飼い主になりませんか？

《学科講習会》

平成20年9月18日(木) 午後1時30分～3時 県中保健所2階会議室

《実技講習会》

平成20年9月25日(木) 午後1時30分～3時 県中保健所2階会議室

★予め申込みが必要です。詳しくは、県中保健所食品衛生チームまで
Tel0248-75-7821

8月は食品衛生月間です！ ～食中毒に注意しましょう～

この月間事業の一環として、県中保健所では、次の事業を開催します。

～食品衛生に関する意見交換会～

日時 平成20年8月7日(木) 午後1時00分～午後2時30分

場所 石川町商工会研修室(石川郡石川町字関根1-2)

内容 一般市民、食品業界関係者、行政機関等による、食の安全に対する取組状況の報告や、食品衛生に関する最近の話題等についての意見交換。

その他 平成20年8月5日(火)まで一般参加者を募集しています。

参加希望の方は、事前に電話又はFAXで参加申し込み願います。

連絡先 福島県県中保健所衛生推進課(須賀川市旭町153-1)

(電話)0248-75-7821 (FAX)0248-75-7825



～食品衛生街頭キャンペーン～ 来場自由です。ぜひ、ご参加ください！

実施日時	実施場所	内容
8月5日(火) 15:00～16:00	ヨークベニマルメガステージ須賀川南店	食品衛生協会、食品衛生指導員、調理師会、保健所職員による啓発。
8月6日(水) 15:00～16:00	シミズストアふねひきパーク店	標語入りうちわの配布
8月7日(木) 15:00～16:00	ヨークベニマル石川店	



神経難病患者支援に携わる関係者を対象とした講演会(研修会)のお知らせ

県中保健所では、「難病在宅療養者支援体制整備事業」の一環として、今年度は特に、**神経難病患者・家族等を支えるための在宅療養支援体制整備**に向けた取り組みを重点的に実施しております。

その一環として、下記により講演会を開催しますので、ぜひ市町村、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所等の神経難病患者支援に携わる関係者の皆様の御参加をお待ちしています。

平成20年度県中保健所難病患者医療相談会・講演会



◆日時 平成20年8月20日(水) 13時30分～16時

◆場所 たまかわ文化体育館 1階 体育館(住所:玉川村大字小高字大谷地71)

◆対象者 管内の医師会、市町村、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所、在宅介護支援センター、地域包括支援センター等の関係機関担当者、神経難病患者・家族及び患者会代表。

◆内容

基調講演 「神経難病の治療と在宅療養生活の留意点について」

((財)脳神経疾患研究所附属総合南東北病院 第一神経内科科長(医師) 久保 仁 氏)

パネルディスカッション 「神経難病患者さんの在宅療養生活を支えるために」

主治医(同 久保医師)、訪問看護ステーション(南東北訪問看護ステーションたんぼぼ)、在宅介護支援センター(玉川村居宅介護支援センター)訪問介護事業所(須賀川市社会福祉協議会訪問介護事業所)、市町村(須賀川市)、保健所の各立場から

在宅用人工呼吸器、吸引器、蘇生バック等の展示もあり、機器の説明も対応可能です。

この講演会を契機に、神経難病患者さんの在宅療養生活を支えるために、それぞれのお立場から、各機関の役割と今後の方向性について考えていただく機会となれば幸いです。

担当:健康増進課 電話(0248)-75-7814

「肝炎インターフェロン治療に対する医療費の助成について」

B型肝炎及びC型肝炎ウイルスの除去を目的として行うインターフェロン治療を必要とする方に対して、平成20年4月から当該医療費の一部を公費で助成しています。

公費助成をうけるためには、居住地を管轄する保健所へ申請手続きが必要です。



詳細については、県中保健所 感染症予防チーム

電話(0248)-75-7818 までお問い合わせください。



「福島県地域の子育て応援交付金！県中地域の見どころは・・・」

～天栄村～

”心を育てる”天栄村子育て支援事業



「こねこね・・・」

～浅川町～ Let's enjoy

あさかわの子そだち子そだて応援事業



「こうするんだよ！」

福島県では、地域特性を活かした町村独自の次世代育成支援事業を応援するため、平成19年度から「福島県地域の子育て応援交付金」を対象町村に交付しています。

【平成19年度における県中地域の交付町村】天栄村、浅川町、小野町、玉川村

「社会全体で子育て・子育て支援を推進する環境づくり！」

～福島県県中の方部子育て支援連絡会議～



社会全体での子育て・子育て支援を推進する「子育て支援を進める県民運動」に基づき、県中の方部の「子育て支援ネットワーク」の構築を目指す組織として、「福島県県中の方部子育て支援連絡会議」が5月30日に設立されました。今後は、本年11月の「子育ての日(第3日曜日)」、「子育て週間(前後各1週間)」のイベント事業実施などに向けて活動していきますので、関心のある方は、当事務局まで御意見等をお寄せください。

構成メンバー

(会長:NPO法人子どもの森 熊田 富美子 理事長)

NPO法人、子育てボランティア、育児サークル、子育て支援企業、児童館、保育研究会、保健センター、地域子育て支援センター、ファミリー・サポート・センター、PTA連合会、市町村教育委員会連絡協議会、民生児童委員連絡協議会、商工会議所女性会、シルバー人材センター、市町村等

事務局

県中保健福祉事務所 保健福祉課
〒962-0834 須賀川市旭町153-1
電話 0248-75-7809
FAX 0248-75-7824

「親支援・性と生のワークショップ」開催のお知らせ

～平成20年度 10代の性の生きいきプロジェクト事業～

日程 平成20年8月23日(土)9:30～12:30

会場 須賀川市文化センター

内容 講話「親として子どもたちに伝えたい性と生」、課題別ワークショップ、思春期子育て相談など

お子さんからお年寄りまでの「こころの健康づくり」について、希望する講師を招いての講演や講話を無料でお受けしております。学校や団体等どなたでも申し込みできますので、ぜひ、ご活用ください。

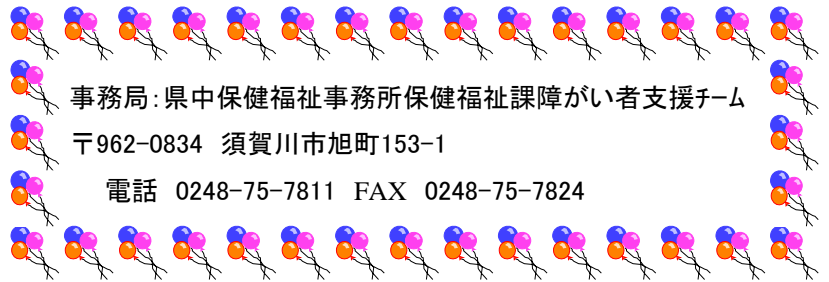
講演依頼内容(例)

◎ストレスとこころの健康

◎ひきこもり

◎老年期と認知症

◎心の病気になったときの家族の対応



事務局：県中保健福祉事務所保健福祉課障がい者支援チーム

〒962-0834 須賀川市旭町153-1

電話 0248-75-7811 FAX 0248-75-7824

福島県精神保健福祉協会県中支部会員募集のお知らせ

当協会は精神保健福祉活動の普及啓発のため、県中地域の市町村や様々な団体や個人の方の会費で運営されています。

趣旨にご賛同いただける団体又は個人の加入をお待ちしています。

【会費】団体会員 年 1口 2,000円(1口以上)、個人会員 年 1,000円

【会員特典】各種講演会の案内・参加、心の健康に関するパンフレット等の配布等

【申込方法】電話又はFAXにより、下記内容を事務局にお伝えください。

団体名称及び代表者又は個人氏名 住所 電話 FAX 団体・個人の別



こころ 元気ですか？

自殺者数は、平成10年に全国で急上昇し、その後も上昇傾向にあります。平成18年の県の自殺者数は、618人となり、全国でワースト第8位、毎日1～2名が自殺により死亡しています。また、男性では、40～50歳代にピークがあり、女性では、加齢とともに高くなる傾向があり、どの年代でも、男性が女性より高い比率になっています。

自殺の原因の1つには、「うつ病」や「うつ状態」が関係していると言われています。

「うつ病」や「うつ状態」は誰でもかかる可能性があり、早期治療により改善可能な病気です。

～うつ病を疑うサイン～

うつ病の自覚症状

- ・悲しい、憂うつな気分、沈んだ気分
- ・何事にも興味がわかず、楽しくない
- ・意欲や集中力が低下する(おっくう)
- ・人に会いたくなくなる

- ・寝つきが悪くて朝早く目がさめる
- ・食欲がなくなる
- ・夕方より朝方の方が気分、体調が悪い
- ・疲れやすく、元気がない(だるい)

- ・心配事が頭から離れず、堂々めぐりをしている
- ・自分を責め、自分は価値がないと感じる
- ・失敗や悲しみ、失望から立ち直れない

まわりから見てわかる症状

- ・体調不良の訴え(体の痛みや倦怠感)が増える
- ・仕事や家事の能率が低下、ミスが増える
- ・遅刻、早退、欠勤(欠席)が増える

- ・趣味やスポーツ、外出をしなくなる
- ・飲酒量が増える
- ・以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ・周囲との交流をさけるようになる



「保健・福祉宅配講座」のご案内

皆様のお申込みをお待ちしております。

県中保健福祉事務所では、住民の皆様の健康づくりに役立てていただけるよう、当所の職員を派遣し、健康づくり・福祉・衛生に関する情報提供などを内容とする「保健・福祉宅配講座」を実施しています。

申込みできる方

須賀川市、田村市、岩瀬郡、石川郡、田村郡に住所を有する個人の方や民間団体、事業所、公共団体などで、受講者は概ね10名以上とします。

実施日時及び場所

月曜日から金曜日の午前10時頃から午後4時頃までの1時間程度です。実施場所は、当事務所管内の場所で、申込者が準備してください。

申込み期限

開催希望日の2ヶ月前から3週間前までに、当事務所にお申し込みください。

主なテーマ（テーマ一覧表より抜粋。2つ以上のテーマを組み合わせることもできます。）

分野	テーマ	分野	テーマ
医薬品等	薬の正しい使い方	健康づくり 	生活習慣病の予防について (食生活、歯の健康、たばこ) 心の健康(ストレス、心の病気早期発見他) 依存症(アルコール・仕事依存症他)
感染症 (伝染病)	インフルエンザ、ノロウイルス他	乳幼児	乳幼児突然死症候群
献血	献 血	障がい者福祉	手帳や年金等の各種制度、 自立支援法他
ペット等 	飼い犬のしつけ方教室 ペットの飼い方他	保健・福祉サービス	保健・福祉サービス情報あれこれ (活用してほしいサービスなど)
食品衛生	台所の食品衛生 食品表示と衛生管理早わかり講座他	環境衛生	飲料水の衛生 営業施設等の衛生

※当講座案内チラシ及び申込書を市町村役場、公民館などに配付しております。また、当事務所ホームページにも掲載しておりますので、御覧ください。

平成19年度は、延べ65件の申込みがあり、延べ3,200名の方々が受講されました。多くの皆様の御利用、ありがとうございました。

申込先 地域支援課

TEL: 0248-75-7805 FAX: 0248-75-7824

地区連だより



◎6月23日に平成20年度理事会及び総会を開催しました!

県中保健福祉事務所の会議室において、平成19年度の事業報告・歳入歳出決算報告及び平成20年度の事業計画(案)・歳入歳出予算(案)について審議し、原案どおり承認されました。総会終了後には、食品安全にかかる最近の話題についての講演会を行いました。

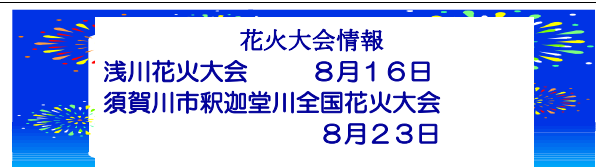
地区連とは?

県中地区衛生組織連合会のことです。衛生思想の普及啓発、各種講習会等の開催、公衆衛生活動功労者等の表彰を行っています。

編集後記

梅雨に入り、毎日暑い日が続いていますが、みなさんの体調は大丈夫でしょうか?暑さに負けないためにも、しっかり食事を摂り、適度な運動と休養を心がけたいものですね。

さて、今年度初めての「ほっとネット」発行となりました。2月には今年度第2号も発行予定です。これからも「ほっとネット」をよろしく願います。 K・I



このニュースレターは、県中保健福祉事務所の監修のもとに県中地区衛生組織連合会の事業の一つとして作成しています。