

私たち特定健診を

受けました！

10月23日（25日）に農村環境改善センターで総合住民健診が行われました。そのうち特定健診（40歳から74歳までの国民健康保険加入者対象の健診）を受けられた方にインタビューしました！



はじめて特定健診を受けた 安部 良一さん
「特定健診を初めて受けます。タバコを止めたり健康に気をつけるようにしていますが、40歳になり、身体の不調を感じることもあったりして、妻に勧められて健診を受けました。バリウムを飲むのが辛かったです。」



健康に気をつけてます！ 富田 記代美さん
「住民総合健診は3年ぶり。前は他の健診を受けていました。健康状態の確認のため今後も毎年受けますよ！これから用事があるので、早く終わってよかったです。」



仕事前に健診を受けにきた 山崎 明人さん
「健診を受けられた動機は？
「正直、今までは面倒だったんだけど、店にきた保健師さんの説明を聞いて、必要だと思ったから、オプションのがん検診も全部受けてきました。7～8年ぶりに健診を受けたから、検査結果にドキドキします。」



一家で健診を受けにきた 河田 均さん
「実は健診は久しぶりなんですけど、時期的に農作業も落ち着いたら、何より保健師さんが自宅にきて勧めくれたので健診を申し込みました。」

特定健診は、メタボ健診とも言われています。メタボはメタボリック・シンドロームの略で、内臓肥満や高血圧、糖尿病などの生活習慣病が複数起こっている状態です。生活習慣病は自覚症状がないまま進行することが多く、これらの症状が重なると動脈硬化が進行しやすくなり、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こす可能性も高くなります。

「メタボ」や隠れた異常を早い段階で発見し、食生活や生活習慣を見直し、改善するためにも、ぜひ1年に1度特定健診を受診しましょう。

これから特定健診を受けようと考えている方には、喜茂別厚生クリニックで受けることができるバースデー健診をお勧めします。バースデー健診は、国保に加入している30歳から74歳の方が対象で、誕生日以外でも無料で受診できます。希望により各種がん健診やピロリ菌検査などオプション検査も受けることができますので、お気軽にお問い合わせください！



大西看護師 今橋保健師

お問い合わせ先

- 役場住民課保険医療係
電話33-2211 (IP電話) 33-5028
- 健康推進課健康づくり係
電話31-2940 (IP電話) 31-2941

特定健診受診率

平成22年度	35.4%
平成23年度	36.1%
平成24年度	36.2%

(平成24年度は10月末現在)

ふれあい健康通信

地域包括支援センターがパワーアップ!! 気軽に相談して下さい!!

～今回は、包括センター保健師岩原さんに、近況をお尋ねしました～

Q 地域包括支援センターは組織強化が図られたようですね。どんな体制になりましたか？

A これまでの保健師1名体制にセンター長を新たに配置し、7月からは地域おこし協力隊として、介護福祉分野の有資格者3人を加え、ふれあい福祉センター健康推進課内に、事務所を設けました。

Q 組織が強化された理由には、何がありますか？

A これまでも高齢者のあらゆるお困り事に対応してきましたが、年々相談件数も増えてきました。内容も複雑なケースが多く、家族や地域、更には関係諸機関とのネットワークを駆使しなくてはならない等の事例が増え、より専門的な判断と迅速な対応が求められており、マンパワーが必要になったためです。



Q これからのセンターの役割には、どんなことが考えられますか？

A 現在、高齢者台帳を作成し、一人ひとりがどんな状態で、どんな支援が行われているか等、関係機関と連携しながら情報を入力する作業を行っております。今後は、保健師や協力隊による訪問・見守り活動を行うとともに、地域全体の見守りネットワークの強化を図り、支援の行き届かない高齢者をなくすことで、全ての高齢者が安心して生活できる体制づくりを行っていきたくと考えています。具体的には、個人の状況に応じた介護予防事業につなげたり、介護申請を行い介護保険サービスを進めたり施設入所を検討する等、関係機関との連携調整を図ることで、その方に適した支援をします。更にセンター職員が地域に積極的に出向き、「高齢者にとって暮らしやすい地域づくり」について皆さんと語り合い、地域のさまざまなネットワークと連動しながら、高齢者の生活に即した支援体制を形にしていきたいと思います。センターはこれからも、頼りにされる高齢者の支援機関を目指し、町民の皆さんからのご相談をお待ちしています。また、毎月「いきいき通信」を発行し、センターの活動内容を掲載していますので、参考にして下さい。