慢性腎臓

1覚症状

が

な

K

D

康

診

断

を受診

て 早

期発見を

問

た

国民

して 成

0

報

s

5

()

FUKUCHI 12

腎臓は必

肝腎

か

なめ

ő

程

の腎機

人のうごき (福智町の人口)

Fukuchi town

●人□ 25,561人

前月比一 18人 前年比-341人

男性 12,096人

女性 ♦ 13.465 人 転入 48 人·転出 55 人

出生 21 人·死亡 32 人

●世帯 11,204世帯

前月比+ 6世帯 前年比 + 43世帯

※ 平成 20 年 7 月末現在 (住民基本台帳人口)

お亡くなりになったみなさんのご冥福を、心より お祈り申し上げます。福智町長・福智町議会議長 - 弔電はひかえさせていただいています -



42.04km

Fukuoka

おさめて安心(税の納期限)

- 町県民税[3期]11月2日月が納期限です
- 固定資産税[3期]9月30日丞が納期限です
- 国民健康保険税「3期]9月30日 水が納期限です



チクホーnet (近隣の催し)

【添田町】英彦山サイクルタイムトライアル大会

9月27日日 10時20分~ (添田小学校▶英彦山豊前坊)

標高差800メートル、約15キ 口のコースを疾走する自転車 レースです。

※参加申し込み期限は 9月7日 月までです。

間 添田町商工会 ☎82-0244

【川崎町】安宅彼岸花イベント

9月19日田 · 20日 回 9時~16時

(安宅ふれあいセンター、小峠地区棚田周辺)

カメラファンをはじめ、毎年たくさんの人 が訪れる安宅地区の彼岸花の名所で「楽し い」「美味しい」イベントを開催。湯茶の接 待(無料)、写真展、農家のおかあさんたち による模擬店などがあります。

間川崎町役場商工観光係 ☎72-3000

【田川市】吹奏楽部定期演奏会

9月21日月 17時30分~

(田川文化センター)

「人の心に残る音楽」を目指して、東鷹高 等学校吹奏楽部が第4回定期演奏会を開催 します。

※前売り券500円(当日券600円) 小学生以下無料

間 東鷹高等学校 桝本 ☎ 44-3015

②、保健の掲示板で

9月16日から10月15日までの保健事業日程

9月16日 ※・10月7日 ※【3歳児健診】

3歳~3歳1か月児を対象(個人通知します) [会場] コスモス保健センター [受付] 13:00~14:00

9月17日 (*) 【7~8か月児健診】

7~8か月児を対象(個人通知します) [会場] コスモス保健センター [受付] 13:00~14:00

9月25日 金【健康相談】

健診結果や介護など相談希望者を対象 [会場] コスモス保健センター [受付] 13:30~15:30

9月30日 承【1歳6か月児健診】

1歳6か月~1歳7か月児を対象(個人通知します) 「会場] コスモス保健センター 「受付] 13:00~14:00

10月1日 🖈・15日 🖈 【ポリオ (小児マヒ) 予防接種】

3~18か月児を対象(90か月未満まで接種可) [会場] 方城保健センター [受付] 13:20~14:20

10月2日 盦【もぐもぐ教室(要予約)】

4~10か月児を対象にした離乳食教室 [会場] コスモス保健センター [受付] 10:00~12:00

10月14日 🕸 【4~5か月児健診】

4~5か月児を対象(個人通知します) [会場] コスモス保健センター [受付] 13:00~14:00

10月14日承【乳幼児相談】

2か月児と、身体計測や育児相談などの希望者を対象 [会場] コスモス保健センター [受付] 14:30~15:00

※ 金田・方城地区での健康相談をご希望の場合は、コスモス 保健センターにお問い合わせください。各保健センターな どで、ご希望に応じた予約制の健康相談を実施いたします。

「献血」にご協力をお願いします

救われる生命があります。身近にできるボランティア「愛 の献血」にご協力をお願いします。

日程:9月18日金10:00~11:30、12:30~16:00

場所:赤池支所

対象: 体重が 50kg以上で 18歳~69歳の健康な人

(65歳以上の場合は、60~64歳の間に献血をした ことがある人)

方城会場での健診の申込み受付中!

詳細は広報8月号をご覧ください。

日程:10月23日金·24日金·25日金·26日月

場所:方城保健センター

9月1日(※) ~ 10月16日(金) にコスモス保健センターまでお

電話で申込みください。

⑧ コスモス保健センター ☎ 28-9500

保健師だより

慢性腎臓病 (CKD ⇒ Chronic Kidney Disease) とは? —

- ①蛋白尿など腎臓の障害がある
- ② 糸球体ろ過量 (eGFR) ®が 60 未満に低下している

CKDは ① か ② のどちらか、または両方が3か月以上継続した状態です。

③ 糸球体ろ過量(eGFR)… 腎臓が 1 分間にどのくらいの尿をつくる仕事ができるかの指標

こんな "三高" は 腎臓を悪くします!

血圧が高い**▶高血圧**

血糖が高い▶糖尿病 脂質が高い▶脂質異常症

あなたは大丈夫ですか? まずは **健診を** 受けてみましょう!

● おしっこは大丈夫?

年には が急増. (国民4 日本には 推定患 んるだろうと の透析患 数 約27万5千 は、 \mathcal{O} 毎

の塞重や の透析大国 白 腎な 心血管 H 本

【Aさんの経過】

eGFRの値が年々悪くなっ

ていくAさんでしたが、

治療にあわせて、食事な

どの生活習慣を変えるこ

とにより、eGFR の値が改

20

66歳9月

「回復してきてちょっと

安心。やっぱり毎年受

66歳11月

けんとわからんばい」

善されました。

14

66歳8月

▶尿たんぱくは腎臓の悲鳴

健診の結果

「毎年健診を受

けていたから

気になっては

いたが、自覚症

状がないので、

大丈夫だろう

と思っていた」

32

20

15

66歳7月

「あわてて病院

自覚症状がやっ

と出るライン。

64歳

に行ったよ」

人工透析ライン eGFR 15

62歳

腎臓が傷んで

60%しか機能

できない状態。

2 腎臓機能はどのくらい? ▶血清クレアチニンから簡単に 腎機能(eGFR)がわかります

❸ 腎臓を悪くする因子はない? ▶血圧・血糖・脂質・肥満 メタボ・・

eGFR ステージ

腎機能正常

腎機能の

軽度低下

腎機能の

中度低下

腎機能の

高度低下

腎不全

透析期

eGFR 30

eGFR 90

eGFR 60 **■** 60

とのCKD患者はも自覚症状がない。 うなる。 は自分が か ∞ 病ほし方

e

人工透析! 人工透析! んでする R値の低下 始 健能 を発 のが

国対いが福

保象まわ智

▼40歳~74歳ま

歳まで

の

か町

るで

検は

も腎

実臓

施の

し機

て能

査

Ŕ が 分 かれ ば 療によって良くなり

コスモス保健センタ

います。 よくご覧になの健診日程は、 つ広 てお **228-950** 申 込みくださ 0

13 | FUKUCHI