

【添田町】春風亭昇太独演会

2月6日 水 18時開場、18時30分開演
 オークホール 入場料: 全席自由 2,500円
 問 オークホール 82-2559

【田川市】第16回 田川の子どもたちによる絵画展

2月16日 土 ~ 3月9日 日 (田川市美術館)
 田川市郡に在住・通学する小学生~高校生による作品展。毎年5千点を超える応募の中から、約800点が選ばれます。学校生活での楽しみや発見、大好きなお話の一場面など、子どもたちが自由に、元気いっぱい描いた作品を、ぜひご覧ください。観覧無料。
 問 田川市美術館 42-6161
 2月4日月~15日金の期間は、展覧会準備のため、美術館は休館となります。

国民健康保険税 8期 2月29日金が納期限です。

人口: 26,129人 (前月比 - 38人・前年比 - 169人)
 男性: 12,394人 / 女性: 13,735人
 (転入 47人・転出 70人・出生 22人・死亡 37人)
 世帯: 1,118世帯 (前月比 - 8世帯)
 平成19年12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

本年度から弔電をひかえさせていただきます。

まるで、少し遅れたうれしいお年玉のようです。谷川俊太郎さん親子、免田栄さん、黒土三男監督。3月2日からの一週間に、著名な講師をお招きする貴重な講演が町で展開されます。「広報ふくち」も福岡県の広報コンクールで特選に! こちらも、お年玉のような朗報でした。(長野 たこ揚げの取材で、うまくたこ揚げられない團児を手伝っているうちに、ついつい夢中になってしまいました。久しぶりのたこ揚げは楽しかったです。もちろん写真はちゃんと撮りました。團児のみんな、ありがとう。(昌太郎 今回の特集を組んだのは、人それぞれの、家族に対する思いの差に疑問を感じたからです。調べていく中で気付いたのは、わたしが普通と思っていた生活が実は幸せだったという単純なことでした。しかしそれに気付くか気付かないかでは、今後の生き方さえ違ってきます。皆さんが「家族の大切さ」を考える良い機会になれば幸いです。(日吉

保健の掲示板

2月16日から3月15日までの保健事業日程

- 2月18日 【健康相談】
 健診結果や介護など相談希望者を対象
 会場: 金田保健センター / 受付: 13:30 ~ 15:30
- 2月19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
- 2月20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
- 2月26日 【ポリオ(小児マヒ)予防接種】
 3~18か月児を対象(7歳5か月まで接種可)
 会場: 方城保健センター / 受付: 13:20 ~ 14:20
- 3月5日 【1歳6か月児健診】
 1歳6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
- 3月11日 【ポリオ(小児マヒ)予防接種】
 3~18か月児を対象(7歳5か月まで接種可)
 会場: 方城保健センター / 受付: 13:20 ~ 14:20
- 3月12日 【乳幼児相談】
 2か月児、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: 10:00 ~ 11:00
- 3月12日 【3歳児健診】
 3歳児を対象(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
- 3月13日 【健康相談】
 健診結果や介護など相談希望者を対象
 会場: 方城保健センター / 受付: 9:30 ~ 11:30
- 3月14日 【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

献血にご協力をお願いします!
 日程・会場: 2月26日 福智町役場
 受付時間: 10:00 ~ 11:30、12:30 ~ 16:00
 対象: 16歳~69歳の健康な人(65歳以上の場合は、60歳~64歳の間に献血をしたことがある人)

コスモス健診センターの施設健診申し込み受付中!
 健診日: 2月までの (祝日を除く) 第3
 申し込みはコスモス健診センター(28-5512)まで。



保健師 No.17
 だより
 平成18年度受診者は
1,552人
 健診データを活用して
 生活習慣を改善しよう

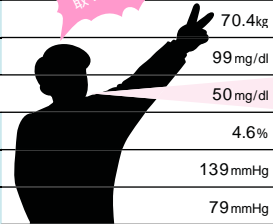
平成18年度福智町基本健康診査結果



健診と保健指導を受けて生活習慣改善に成功したAさん(自営業で夜遅くまで働いている45歳男性)の結果

	平成18年	平成19年
腹囲	89.5cm	84cm
体重	75kg	70.4kg
中性脂肪	280mg/dl	99mg/dl
HDL	42mg/dl	50mg/dl
HbA1c	5.4%	4.6%
最高血圧	146mmHg	139mmHg
最低血圧	85mmHg	79mmHg
尿酸	6.9mg/dl	6.4mg/dl

結果説明後生活習慣の改善に取り組みました!



ウエストが-5.5cm、体重が-4.6kgの効果。さらに中性脂肪などの数値が改善され、すべて異常なしに!!

Aさんのうれしい声

健診を受診するまでに、自分なりにダイエットをしていたので大丈夫だと思っていました。しかし、健診結果の説明を聞いてデータがよくないことがわかりました。やはり、単純なダイエットではなく、自分の健診結果に合わせた食生活の改善が必要だと気づきました。

保健指導が必要なかたは、健診結果説明会や健康相談日などを通じて、個別に応じたサポートをしています。Aさんもその一人でした。昨年、健診結果の説明を聞き、自分の体の現状を受けとめて、食生活や生活習慣と結びつけた結果、今年の健診ですべて改善されていました。

受診者の9割になんらかの所見がみられました。男女差はあるものの、血管を傷つける高血圧や高血糖、摂食エネルギーのとりすぎによる内臓脂肪蓄積に関わる腹囲やBMI(体格指数)、動脈硬化の単独危険因子であるLDL(悪玉)

コレステロールの有所見者が多く、平成17年度と比較すると、血糖やLDL(悪玉)コレステロールの有所見の割合は、改善できず、逆に増えていました。

血液データの数値が高くても、自覚症状はありません。このような状

況を放置すれば、心電図や眼底検査などの血管に変化が現れ、脳血管疾患、心臓病、腎臓病などの健康障害を起こしてしまいます。このような可能性があるかたが、受診者の約半数を占めていることがわかりました。生活習慣の改善や内服治療で危険因子のデータを一つでも改善することで、血管へのダメージを和らげ、健康障害を防ぐことができます。毎年、健診を受けることで、現在の血管の状態を把握でき、過去のデータと比較することで、その変化にも気づくことができるのです。ぜひ、健診を受けて体のメッセージに耳を傾けてみませんか?

今年度の住民健診は2月で終了します。まだ、受診されてないかたはお早めにお申し込みください。詳しくは「広報ふくち」平成19年4月号・8月号をご覧ください。来年度からは、各医療保険者が実施する特定健診が始まります。そのため、健診方法や申し込み方法が変わることによって、各医療保険者ごとの受診率や改善状況が明確になります。より一層みなさんの積極的な受診をお願いいたします。詳細は「広報ふくち」4月号でお知らせする予定です。