

保健師だより



## 20年度から新しく麻しん(はしか)の定期予防接種を行ないます

麻しん(はしか)の予防接種は、1歳と6歳に計2回実施していますが、平成12年4月1日以前に生まれた方は、1回のみ接種となっています。予防接種で出来た免疫力は10年以上すると低下していき、麻しんを発症する場合があります。

そこで、これまで1回しか受けていない方を対象に2回目の予防接種を行います。実施期間は、平成20年度から24年度までで、毎年、中学校1年生(13歳)と高校3年生(18歳)に行います。

中学生は4月～5月に各中学校で行い、高校生は春休みに「はつらつ苑」と「八森保健センター」で実施します。該当される方には通知します。無料ですので必ず予防接種を受けてください。

### ●この春に高校3年生になる方

(平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれの方)

は下記の日程で予防接種を行います。

実施月日	受付時間	会場	対象地区
4月2日(水)	正午～0時30分	はつらつ苑	峰浜地区
4月3日(木)	午後2時45分～3時15分	八森保健センター	八森地区

### ●この春に中学1年生になる方

(平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの方)

は下記の日程で予防接種を行います。

実施月日	受付時間	会場
4月8日(火)	午後1時～ ※内科検診後	峰浜中学校
5月15日(木)	午後3時30分～	八森中学校

※来年度以降においては、対象者に通知しますので、必ず予防接種を受けてください。



## 4月から特定健診が始まります あなたのメタボ度はいくら？

特定健診とは、内臓脂肪型肥満に着目した健康診査で、俗にメタボ健診とも呼ばれています。4歳から74歳までの方はチェックを受ける義務があり、平成20年4月から開始されます。実際メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)と判断され、「積極的支援レベル」と判定をされると、生活習慣病を予防するための特定保健指導を受けることになります。

### ●メタボリックシンドロームとは

生活習慣病とよばれている主な疾患に、肥満症・高血圧・糖尿病・高脂血症などがあります。これらの疾患は、動脈硬化や心筋梗塞など死を招く病気に進行することがあります。

このように、不健康な生活習慣により蓄積された内臓脂肪が原因でさまざまな病気が引き起こされる状態を「メタボリックシンドローム」と呼ばれています。

特定健診における判断基準	
腹囲 男性：85cm以上	女性：90cm以上
+	
高脂血症・高血圧・糖尿病のうち2つ以上該当する	

表1 年齢及び疾病別外来診察件数(平成19年5月八峰町国保加入者分)

年齢	順位1		順位2		順位3	
	0～9	気管支炎	14件	皮膚炎・湿疹	10件	歯肉炎・歯周疾患
10～19	屈折・調節の障害	13件	歯肉炎・歯周疾患	11件	急性上気道感染	10件
20～29	屈折・調節の障害	4件	歯肉炎・歯周疾患	4件	アレルギー鼻炎	3件
30～39	急性上気道感染	8件	歯肉炎・歯周疾患	8件	統合失調症	5件
40～49	歯肉炎・歯周疾患	20件	高血圧性疾患	16件	内分泌疾患	9件
50～59	高血圧性疾患	71件	歯肉炎・歯周疾患	36件	内分泌疾患	19件
60～69	高血圧性疾患	213件	歯肉炎・歯周疾患	55件	内分泌疾患	45件
70～79	高血圧性疾患	362件	脊椎障害	64件	歯肉炎・歯周疾患	61件
80～	高血圧性疾患	220件	関節症	26件	脊椎障害	26件

表2 年齢別及び疾病別入院件数(平成19年5月八峰町国保加入者分)

年齢	順位1		順位2		順位3	
	0～19歳					
20～29歳	良性新生物	1件	統合失調症	1件	神経性障害	1件
30～39歳	糖尿病	1件	妊娠・分娩等	1件		
40～49歳	統合失調症	1件	神経系疾患	1件	骨折	1件
50～59歳	統合失調症	4件	良性新生物	2件	胃潰瘍・十二指腸潰瘍	2件
60～69歳	統合失調症	5件	白内障	2件	高血圧性疾患	2件
70～79歳	悪性新生物	7件	高血圧性疾患	7件	脳梗塞	4件
80歳以上	高血圧性疾患	7件	脳梗塞	5件	肺炎	4件

◎左の表は、八峰町国民健康保険加入者の平成19年5月診療をもとに、入院・外来の年齢別件数及び疾病を表現しています。外来では、ほぼ全年齢層に歯肉炎・歯周病が顕著にみられます。また、40代から高血圧性疾患が上位にあらわれています。60代以降は最も多くなっています。入院件数においても、60代以降は高血圧性疾患が増加傾向にあります。

◎あなたは、洋ナシ型？リソゴ型？  
下腹部、腰のまわり、太もも、おしりのまわりに脂肪が蓄積されている方は、「皮下脂肪肥満型(洋ナシ型)」。内臓のまわりに脂肪が蓄積している方は、「内臓脂肪型肥満(リンゴ型)」とよばれます。リンゴ型は、外見では分かりにくいですが、内臓脂肪が蓄積されていますので特に注意が必要です。

能代中継局の地上波デジタル放送開始！  
峰浜地区の一部がエリア内に  
お問い合わせはお気軽にどうぞ！

**Panasonic**  
**エルポート・シロキ**  
八峰町八森字中浜 TEL77-2323・FAX77-2324

予約受付中  
卒業・入学・入学  
記念の一枚を...

デジカメプリント  
早い 安い きれい

電話予約 76-2960  
八峰町八森字中浜 TEL77-2323

新車・中古車販売(国産全メーカー)  
車検・定期点検・钣金塗装

**沢目自動車**

TEL76-2065 FAX76-3280  
沢目駅前

L I N U S P H A R M A C Y  
**ライナス薬局**

月～土/朝8:00～夜7:00 休日/日・祝日  
どちらの病・医院の処方せんでもお受けいたします  
24時間、緊急の調剤やお薬の問い合わせに対応しています。閉店時は下記の携帯電話にお電話下さい。

薬剤師 須藤 琢也  
八峰町八森字古屋敷13-6  
TEL.70-4160・FAX.70-4170  
時間外・休日連絡先 080-6017-1193