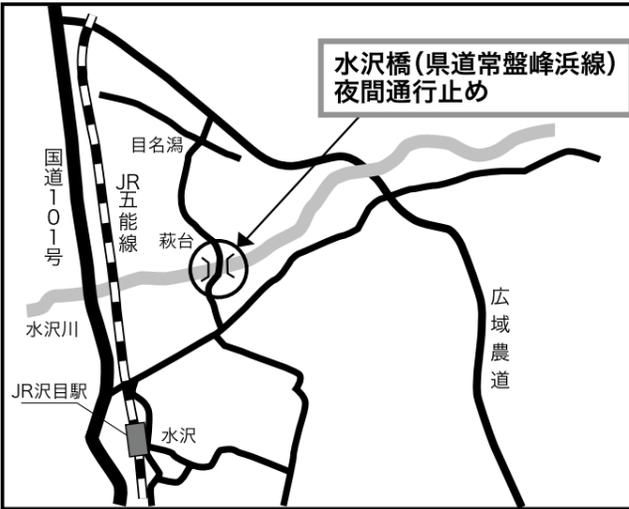


県道常盤峰浜線水沢橋の交通規制について

県道常盤峰浜線水沢橋の補修工事により、下記のとおり夜間通行止めになります。ご迷惑をおかけしますがご協力くださいますようお願いいたします。



- 規制期間
3月12日(月)～3月16日(金)
- 規制内容
夜間通行止め(午後8:00～翌朝5:00)
- 迂回路
広域農道又は国道101号を迂回路として利用してください。
- 場所
県道常盤峰浜線水沢橋
- 問合せ先
山本地域振興局建設部(☎52-6109)

生活習慣病とは?

「日常の生活を見直してみよう」



●生活習慣病とは

生活習慣病とは、毎日の不健康な生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気の総称で、糖尿病・高脂血症・高血圧・高尿酸血症などがあげられます。日本人の3分の2近くがこの原因で亡くなっています。以前は「成人病」と呼ばれていたものですが、加齢よりも生活習慣(食生活・運動不足・喫煙・ストレス・飲酒など)が原因となって起こってくる事が明らかとなり、「生活習慣病」と呼ばれるようになりました。

●最も多い症状が高血圧症

下記の表は、八峰町国保加入者の平成18年5月診療をもとに、生活習慣病の年齢別件数(表1)、疾病ごとの医療費(表2)をあらわしています。30歳から糖尿病、高脂血症、高血圧症患者が出はじめ、50歳から増加傾向となっています。脳梗塞は、60歳から主に発症しております。疾病にかかる費用額は、高額順に入

表1

生活習慣病の年齢別診療件数

(平成18年5月八峰町国保加入者診療分)

単位:件

年齢	糖尿病	高脂血症 肥満症	高血圧症	心筋梗塞	脳出血	脳梗塞
0～19歳						
20～29歳						
30～39歳	2	1	2			
40～49歳	4	3	14	2		
50～59歳	25	8	73	1	2	2
60～69歳	38	23	209	7	2	21
70～79歳	69	38	294	29	6	28
80歳以上	30	14	201	17	3	19
合計	168	87	793	56	13	70

表2

疾病ごとの医療費

(平成18年5月八峰町国保加入者診療分)

単位:円

生活習慣病名	入院	外来	入院+外来
高血圧症	1,312,330	9,139,710	10,452,040
脳梗塞	6,754,230	711,380	7,465,610
心筋梗塞	3,131,730	687,690	3,819,420
糖尿病	1,414,570	2,201,150	3,615,720
脳出血	1,703,140	81,160	1,784,300
歯周病	0	1,585,140	1,585,140
高脂血症、肥満症	0	1,101,790	1,101,790
肺扁平上皮ガン	817,780	108,550	926,330
痛風	0	508,580	508,580
大腸ガン	300,320	70,320	370,640
慢性気管支炎、肺気腫	0	144,280	144,280
合計	15,434,100	16,339,750	31,773,850

院では脳梗塞・心筋梗塞・脳出血、外来では高血圧症、糖尿病、高脂血症の順となっております。件数、費用額とも突出しているのは、高血圧疾患です。八峰町のみならず、全国65歳以上の高齢者で医療費の多くをしめているのが、高血圧とその結果である病気の(虚血性疾患、狭心症、脳血管疾患等)です。

●静かに忍び寄る生活習慣病
高血圧などの生活習慣病の多くは、本人に全く自覚症状のないまま進行します。健康診断で「高血圧」と診断されても本人の自覚がないため放っておいてしまい、気が付いたら重病になっていたというケースがよくあります。定期的な検診で常に健康チェックをしながら、自分の体を守っていくことを心がけてください。また、現在健康な人もリスクを減らすための生活習慣を身に付けましょう。

- 生活習慣で改善するための主な項目
- ①塩分は控えめに、なるべく動物性脂質より植物性脂質を取る。
 - ②標準体重の維持(標準体重＝身長×身長×22
例：身長170cmの場合
1.7×1.7×22＝63kg)
 - ③節酒・禁煙を心がける。
 - ④適度な運動をする。(有酸素運動・ウォーキングや軽いジョギング等)
 - ⑤休息・睡眠を十分とる。

八森庁舎・峰栄館・ファガスの当直と町営診療所の看護師(臨時職員)を募集します

【宿直・日直勤務】

1. 募集人数 八森庁舎1名・峰栄館1名・ファガス1名
2. 業務内容 閉庁時間の配達文書や各種届出文書の受付、庁舎内の巡回等。
3. 勤務形態
八森庁舎・峰栄館
【平日(月～金)】午後5:15～翌日午前8:30
【土・日・祝日】午前8:30～翌日午前8:30
ファガス
【平日(月～金)】午後5:15～午後10:15
【土・日・祝日】午前8:30～午後10:15
※八森庁舎は1日置きに交代で勤務します。
※峰栄館は「水曜日の宿直」及び「休日の日直」勤務となります。
4. 委託料 八森庁舎・峰栄館
日直及び宿直勤務1回につき5,000円～5,300円
ファガス
時給635円
5. その他 65歳で定年となります。

【町営診療所看護師】

1. 募集人数 2名
2. 資格 看護師又は准看護師
3. 勤務形態 月～金 午前8:30～午後5:15
※土、日、祝日は休み
4. 賃金等 日額 9,800円
通勤手当、社会保険、雇用保険あり
5. 勤務先 八峰町営診療所
八峰町峰浜水沢字稻荷堂後116-1
6. その他 60歳で定年となります。
詳細については雇用規定によります。

申し込み方法及び面接日時

- 総務課行政係に3月19日(月)正午まで履歴書を添えて申し込みください。
 - 面接は3月22日(木)午後3時より役場八森庁舎で行います。
- 問合せ先 総務課(八森庁舎77-2111)

八峰町障害福祉法指定店 各眼科処方箋取扱店
補聴器・メガネ・時計・宝石・はんこ・ゴム印

吉田時計メガネ店

医療機器販売管理者 吉田 泰

八峰町八森字中浜15-2 電話:77-2034

ご自宅までお伺いします。お気軽にどうぞ。

皆川薬局



どちらの処方せんでもお受けします。

薬剤師 皆川 鉄治・皆川 真実

八峰町峰浜水沢駅前 TEL.76-2052・FAX.76-2199

営業時間 7:00～20:00/休業日 日曜日・祝祭日