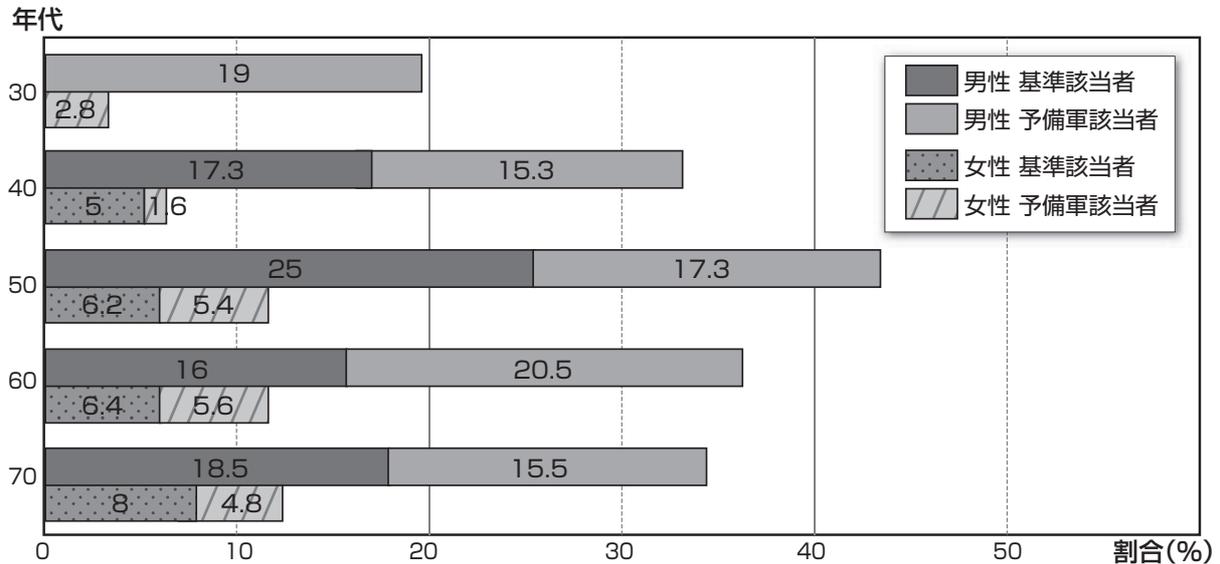


平成20年度 御代田町国保特定検診結果

～年齢階層別メタボリックシンドロームの該当者割合～



※上のグラフは、特定検診受診者全体からメタボリックシンドローム該当者とその予備軍の占める割合を男女別にだしたものです。

グラフからわかる御代田町の状況

- 働き盛りの50代の男性の割合が高く、2.5人に1人がメタボリックシンドローム該当者とその予備群です。
- 男性の40～70歳代では、該当者は女性の3～5倍になります。
- 30歳代では、男女とも、メタボリックシンドローム該当者はおらず、その予備群だけが占めます。

メタボリックシンドロームの危険性

- 「肥満」「インスリン抵抗性」「高中性脂肪血症」「低HDLコレステロール血症」「高血圧」「高血糖」などの複数の危険因子が集まると、動脈硬化が強く促進され、「心筋梗塞」や「脳卒中」を発症する危険度が高まります。
- 特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した健康診断で、その発見に役立ち生活習慣病を予防するための特定保健指導が行なわれます。特定健診は自分自身の健康状態を確認し、生活習慣を改善する絶好のチャンスです。生活習慣病予防と健康づくりの為に、年に一度は必ず特定健診を受けましょう

特定健診について不明な点は担当までお問い合わせください。

問い合わせ先
保健福祉課 健康推進係(32)2554

介護のとびら

問い合わせ先
地域包括支援センター 電話 31-2510

人と人をつなぎ、地域で支えあうために

～生活・介護支援サポーター養成講座視察研修報告～

10月から始まった「生活・介護支援サポーター養成講座」は、高齢者を支えあう地域づくりを目指し、身近な相談役になれるよう福祉や介護の知識や技術を学ぶための講座です。一方的に講義を聞くだけでなく、グループでの話し合いや施設見学、体験実習を取り入れています。

富山県入善町への視察研修

「小規模多機能ホームうらら」の見学



家庭的な雰囲気、安心感のある仕組みのホームでした。

*小規模多機能型居宅介護支援とは？

通い(デイサービス)を中心として、宿泊(ショートステイ)や訪問(訪問介護)を本人の状況に合わせて組み合わせることができ、24時間・365日切れ間なくサービスを提供することが可能。

入善町の「生涯現役めざし隊」と交流



町オリジナル太極拳「千曲川」を披露。サポーターの息もピッタリ合っています。

認知症予防教室の様子



なんと80歳の「めざし隊」メンバーが教室を先導していました。

この講座は、来年度も計画していく予定です。地域の課題を一緒に考えながら、楽しく生涯現役を目指してみませんか。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



子どもたちは、御代田町の大事な宝物です。一人ひとりの子どもが持つ、未来にむけた可能性を育てるといふ視点で、家庭ではもちろんのこと、地域の中でもあたたかく見守って育成していく。私は、子どもが健やかに育つ地域づくりを、ねばり強くすすめていきたいと考えています。

御代田町には青少年の健全育成のために活動している団体やグループが数多くあります。さらに個人の方でも、子どもたちの登下校時に校門の前で、あるいは通学路で毎日、「おはよう。元気に行ってらっしゃい」「事故に気をつけて…」などと声をかけて、子どもたちを見守っていただいている多くの方々がいます。ボランティアの精神で目立たない活動ですが、こうした方々の活動が、安全で住みよい町づくり、子育てしやすい魅力ある町づくりの原点だと確信しています。

本当にありがたいことだと、心から感謝を申し上げます。

地域づくりというものは一朝一夕にできるものではありません。多くの方々のご協力のもと、活動の継続があつて成るものだと思います。今後ともお力をおかしたいとさせていただきます。



青少年健全育成講演会の様子

町長直通

ご意見をお気軽におよせください。

Fax 32-3141 メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp