

◎向日市民憲章◎

- 1 住みよいまちを力を合わせつくりましょう
- 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
- 1 働くよろこびと心のふれあいを大切にしましょう
- 1 すぐれた教育と文化を育てましょう
- 1 明るいくらしと福祉のまちをきざしましょう

健康をつくるう成人病 なくそう

■昭和63年度 基本健康診査結果から■



高脂血症教室調理風景

高まる健康意識

4,013人が受診

2月1日から7日までは「成人病予防週間」。成人病は40代以降の人に多くみられる病気で、脳卒中・心臓病・ガンなどが代表的なものです。

家族や仕事の中心となる働き盛りの人たちは、ややもすると健康のことなど忘れてしまうことがあります。しかし、働き盛りだからこそ健康に留意しなければならない年代でもあるのです。

向日市では、成人病を予防するための基本健康診査を毎年行っています。その結果、成人病の引き金となる高脂血症の方が受診者の4割を占めていることが分かりました。

成人病を予防する目的で、昭和58年度に開始した一般健康診査は、62年度からは名称を基本健康診査と改称して新たにスタートし、今年度で6回目を迎えました。健康に対する関心が高まっています。また、直接健康診査内を出して受診していただく40歳

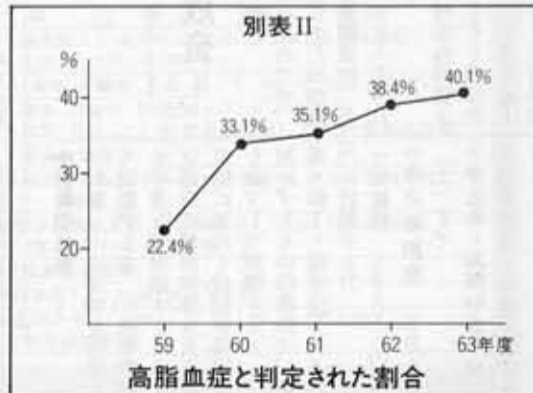
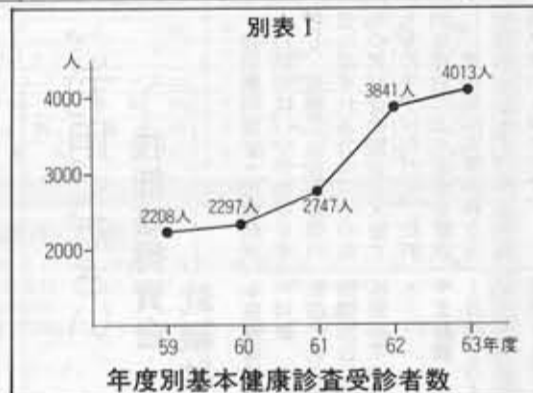
昭和63年度の健康診査結果の内訳は、高脂血症1,377名(34.3%)、心疾患6名(0.1%)、

気になる高脂血症

受診者の4割が

1,034名(25.8%)
貧血739名(18.4%)
肝疾患283名(7.1%)
糖尿病293名(7.3%)
高脂血症1,610名(40.1%)
肥満1,091名(27.2%)
となっており

高脂血症のみ	21.3%	高脂血症と他の疾患を持つ人
高脂血症+高血圧症	74.3%	↑↑↑↑↑↑↑↑↑↑
高脂血症+肥満	35.0%	↑↑↑↑↑↑↑↑↑↑
高脂血症+高血圧症+肥満	18.7%	上段は、100人の高脂血症の人のうち74人が高血圧症をあわせ持っています。下段は35人が肥満をあわせ持っています。
高脂血症+心疾患	17.6%	
高脂血症+貧血	13.1%	



基本健康診査一口メモ

- 〔健診内容〕**
問診・身体計測・理学的検査
尿検査・血圧測定・血液検査
心電図
- 〔健診方法〕**
集団方式
保健センターで実施
個別方式
指定医療機関で実施
毎年9月～10月にかけて実施
費用は無料です

何らかの異常が見られる人が9割近くを占めました。特に疾患率の高かったのは、コレステロールや中性脂肪が必要以上に体内に存在する高脂血症で、受診者全体の4割を占め、グラフⅡが示すとおり増加傾向にあり、気になるところです。コレステロールの値が高いと、心筋梗塞や脳卒中などの引きがねとなる動脈硬化を促進させます。また、中性脂肪と動脈硬化の関連は、まだはっきりしませんが、中性脂肪の高い人は肥満や糖尿病と合併している人が多く、それが動脈硬化を促進させる可能性があります。高脂血症と判定された人が基本健康診査において他の疾患をどれ位合わせて持っているか調べたところ、表のとおり高脂血症と高血圧症を合わせ持つ人が多く、この状態を放置すると血管の動脈硬化を一層促進させることとなります。また、他に肥満などを合わせ持つ人もいます。

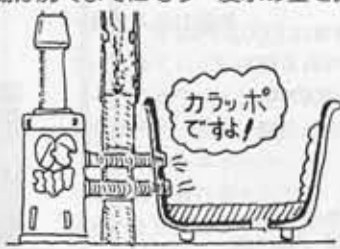
成人病を予防するためには、定期的に健診を受け、自分の健康状態をチェックするとともに、食生活、運動不足などの生活習慣の改善をしていくことが大切です。

予防は生活習慣の改善で
成人病は習慣病と言われ、日常生活の過ごし方で、成人病にかかりやすかったりかかりにくいということがあります。高脂血症も肥満等も、毎日の食生活、運動不足、精神的ストレスの蓄積などでおこってきます。

風呂のからだきを防ぎましょう

(からだき防止のポイント)

- 浴そうの栓を指で押し付け完全に止める
- 浴そうに水が入っていることを確かめてから点火する
- お湯が沸くまでにもう一度水の量を確認する



春の火災予防運動

【2月28日～3月13日】

防火映画・消火実験・消防署見学を希望される町内会・自治会がありましたら消防本部までお申し込みください。

向日市消防本部・消防団