

自覚症状がないと、私たちは、つい健康と思いがちです。しかし、高血圧、動脈硬化、心臓病、糖尿病などの成人病は、無症状のまま進行することが多いのです。ある日突然、脳卒中や心臓の発作がおこったとしても、その原因となる動脈硬化や高血圧は、十年、二十年前から始まっていたとも考えられます。そのため、常に自分の健康状態をつかんでおくことが大切になります。年に一回の健診は、忘れずに受けましょう。

# シリーズ 成人病を予防する ⑥ 基本健康診査

健康管理課 内線339

## 成人病予防のスタートライン

老人保健法に基づき、四十歳以上の市民を対象として、九月十月に基本健康診査を行います。▽健診を受けると、こんな効果があります

- ①健康への認識が深まり、生活を反省するチャンスになります。
- ②年齢に合った適応能力の維持向上がはかれ、すこやかな老後のための前提となります。
- ③昨年度の健診結果から、受診者数は、四千三百二十六人。総合判定の結果、要医療が四六・四％、要指導が四二・四％でありました。要医療または、要指導の対象となつた人の四十％が高脂血症と指摘されています。

要医療・要指導に占める成人病の割合



### 新着図書のご案内

#### 向日市立図書館

一般成人向け図書

- ▷「温故知新」と「一所懸命」 樋口清之著 NTT出版
- ▷ベレストロイカの現場に行く 川崎 映(とおる)著 岩波書店
- ▷世界は変わる 古森義久著 文芸春秋
- ▷これからの世界経済地図 宮崎正弘著 世界文化社
- ▷女性の職業のすべて 資格と特技シリーズ 啓明書房

- ▷京の四季花ごよみ 一花咲く道を歩く一 水野克比古 写真・文 講談社
- ▷モタさんの定年後 ちょっといい生き方 齊藤茂太著 経済界
- ▷殿と重役 ジョージ・フィールズ著 イースト・プレ
- ▷児童の権利条約 21世紀を新子どもの世紀にー 下村哲夫編著 時事通信社
- ▷動物の親は子をどう育てるか 増井光子著 どうぶつ社
- ▷胃腸病の危険信号 西元寺克禮著 講談社
- ▷正倉院への道 関根真隆著 吉川弘文館
- ▷子供と遊ぶお父さんのおもちゃ箱 田上良蔵著 山海堂
- ▷クラシック音楽自由自在 齊藤晴彦著 品文社
- ▷似た言葉使い分け辞典 類語研究会編 創拓社
- ▷地には平和を 小松左京著 阿部出版
- ▷贈泉閑話 中村真一郎著 阿部出版

### 9月の納付案内

#### 税務課・保険年金課

◎国民健康保険料…平成3年度第4期分  
◎国民年金保険料…平成3年9月分

最寄りの取扱金融機関又は市役所会計課窓口へ、納期限(10月1日)までにお納めください。取扱金融機関の本・支店出張所を問わず取り扱っています。

▷還付金の通知 還付金の通知があった場合は(国民年金保険料を除く)至急に会計課まで通知書と印鑑をもってお越しください。なお、都合によりお越しにできない人は、口座振込みをしますので、同封のがきに必要事項を記入のうえ、押し送りしてください。

### へらそうゴミ ひろげよう再利用

#### 乙訓地域クリーン・リサイクル運動 講習会 施設見学会

■テーマ「環境問題とくらしー資源を考える」 ■10月1日(火)午後1時30分～3時30分、京都府向陽保健所講堂で。講師は、京都精華大学教授 植田 功(つちだたかし)氏 受講料は、無料。申込み・お問い合わせは、9月27日(金)までに京都府向日町地方振興局商工課 電話933-4650へ。

■私たちのゴミはどこへ 9月26日(木)午後1時～5時 京都市横大路学園と乙訓環境衛生組合を見学。参加無料。乙訓に在住の勤め人50人が対象。申込みは、9月17日(火)までに、電話かはがきで住所・氏名・性別・年齢・電話番号・希望する集合場所(向陽保健所・長岡京市・大山崎町のいずれかに午後1時)を〒611向日市上植野町馬立8 京都府向陽保健所衛生課電話933-1151へ連絡。

9月24日～10月1日 環境衛生週間

## 9月のカレンダー

日	行政情報	保健センター情報	日	行政情報	保健センター情報
1(日)	防災の日 <b>物集女地区健康教室</b> 9月12日(木) 午後1時30分～3時 場所:物集女公民館 テーマ:食と運動 内容:①健康増進車による体力測定 ②食生活改善推進隊による試食会(仕食の見直し) お問い合わせ 健康管理課(内線339)		9(月)	救急の日	腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 発達相談 午前10時～午後4時 健康相談 午後1時30分～3時30分 リハビリ相談 午後1時30分～3時30分
2(月)		胃がん検診 午前9時～10時30分 腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 健康相談 午後1時30分～3時30分	10(火)	困りごと相談 午前10時～午後3時 市民会館 全国下水道促進デー	リハビリ教室 午前9時30分～11時30分
3(火)		胃がん検診 午前9時～10時30分 三種混合予防接種 午後2時～3時30分	11(水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室 高齢者交通安全旬間(～20日)	リハビリ体操 午前9時30分～11時30分 乳児前期健診 午後1時30分～2時45分
4(水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室	胃がん検診 午前9時～10時30分 乳がん検診 午後1時30分～3時30分	12(木)	育児相談 午前10時～午後3時 第4保育所	健康体操 午前9時30分～11時30分 あそびの広場 午前9時30分～11時 ことばの相談 午後1時30分～3時30分
5(木)	育児相談 午前10時～午後3時 第4保育所	胃がん検診 午前9時～10時30分 健康体操 午前9時30分～11時30分 ことばの相談 午後1時30分～3時30分 乳がん検診 午後1時30分～3時30分	13(金)	育児相談 午前10時～午後3時 第6保育所	母親教室 午後1時30分～4時
6(金)	育児相談 午前10時～午後4時 第6保育所	胃がん検診 午前9時～10時30分 母親教室 午後1時30分～4時 三種混合予防接種 午後2時～3時30分	14(土)	開庁土曜日 敬老会 午前10時～、午後1時30分～ 市民会館 全国都市緑化フェア(～11月1日)	<b>トレーニング講習会のお知らせ</b> ▶日時 9月21日(土) 午前10時～正午 ▶場所 市民体育館 ▶対象 市民および市内に通勤(学)している18歳以上の人 ▶受講料 1,000円 ▶定員 30人(先着順) ▶申込み 9月7日(土) 午前9時～ 受付 受講料と顔写真(3cm×2.5cm)1枚を持って市民体育館で申し込んでください。(電話申込み不可)
7(土)	向日市総合防災訓練 午前9時20分～11時50分 市立第5向陽小学校	胃がん検診 午前9時～10時30分	15(日)	敬老の日	
8(日)	No.508 8月15日号2面裏外「向日市役所は毎月第2・第3土曜日を休みとしています。」は、「向日市役所は、毎月第2・第4土曜日を休みとしています。」に訂正します。	<b>KYOのあけぼのフェスティバル'91</b> 9月8日(日) AM10:30～PM4:30 国立京都国際会館 入場無料 「まごだわりの自分流ー女と男のニューラウンドー	16(月)	一犬への思いやりー 犬も人間も 地球の仲間です	