

2月は富士見町生活習慣病予防月間です

生活習慣病とは？ 日頃の生活習慣の積み重ねによって生じる病気です。

メタボリックシンドロームにご注意！

右記の に加えて ~ の2項目以上に該当すると、メタボリック症候群の疑いがあります。ひとつひとつは軽度でもこれらの症状を合わせ持っているとう動脈硬化を急激に悪化させる可能性があるといわれています。

①肥 満

腹囲：男性85cm以上
腹囲：女性90cm以上

ポイント

腹囲はへその高さで図ります。

+

+

+

②高脂血症予備軍

中性脂肪150mg/dl以上
または
HDLコレステロール
40mg/dl未満

③高血圧予備軍

収縮期血圧
130mmHg以上
または拡張期血圧
85mmHg以上

④糖尿病予備軍

空腹時血糖値
110mg/dl以上

これらの病気は生活習慣を改善することで予防することができます。
ぜひ、この機会に自分の健康について考え生活を見直してみましょう!!

健康相談会のお知らせ

～生活習慣の改善方法などについての相談に応じます。お気軽にお越しください～

開催日：2月20日(月)～22日(水) 2月24日(金)の4日間

時 間：午前9時～午前11時30分

場 所：保健センター

* 集団健康スクリーニング・医療機関の検診結果のある方は当日結果表をお持ちください。

* 保健師・栄養士による個別相談を行います。血圧測定や尿検査もできます。

【お問い合わせ】住民福祉課保健予防係 ☎62-9134 ㊟9134

平成18年度検診申し込みについて

町では「平成18年度の検診申し込み」を2月21日(火)まで、各区保健補導員等を通して配布・回収しています。

○検診対象年齢に該当しない方には、申し込み書が配付されません。

○町で行なう検診は表のとおりですが、**年齢・地区指定のある検診がありますのでご注意ください。**

○回収後、確認のため保健予防係からご連絡することがあります。

検 診 名	時 期	対 象 年 齢 等
胸部レントゲン健診	5月	65歳以上(年齢に該当しない方は受診できません)
集団健康スクリーニング	6月	40歳以上
医療機関健診	年間	40歳以上
胃検診	10月	35歳以上
子宮検診(女性のみ)	7～8月	20歳以上で、富士見地区・乙事区・立沢区・立沢広原の方
乳房検診(マンモグラフィ検診)(女性のみ)	9月	40歳～74歳までの、富士見地区・乙事区・立沢区・立沢広原の方
大腸検診(便潜血反応検査)	6月・10月	40歳以上
肺がんCT検診	7月	45歳以上(年齢に該当しない方は受診できません)で、富士見地区・乙事区・立沢区・立沢広原の方で、タバコを多く吸う等の要件に該当する方

【お問い合わせ】住民福祉課保健予防係(保健センター) ☎62-9134 FAX62-6877 ㊟9134