

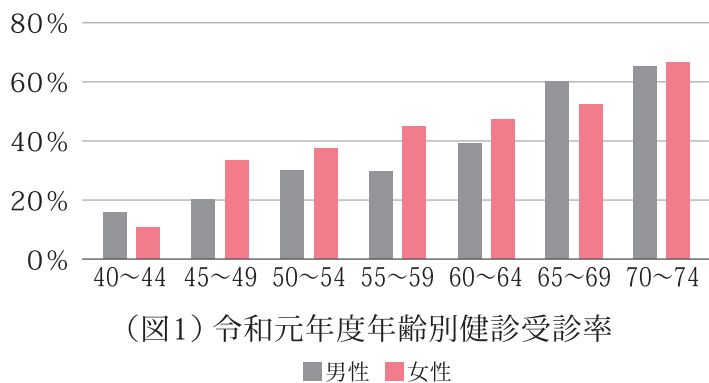
坂祝町の健康について

ご自身の健康状態について把握していますか。

健康診断を受けることで、気づかないうちに進行する病気に早い段階で気づくことができます。そして、早めに健康に悪い生活習慣を見直すことで、健康を守ることができます。令和元年度の坂祝町の健康診断等の状況をお伝えします。

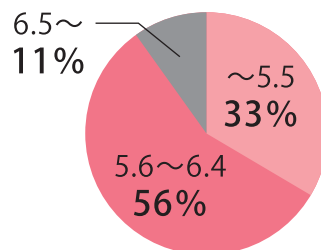
< 特定健診の受診率 >

坂祝町の国民健康保険被保険者の特定健診受診率は、令和元年度 53.4%で、県内で7番目に受診率が高いという良い結果でした。ただし、年齢別で見ると、図1のグラフの結果となり、若い世代の受診率が低いことがわかります。若いころから、自身の健康状態を把握し、生活を見直すことが大切です。



< 糖尿病予備軍について >

令和元年度の特定健診の結果、糖尿病検査の数値の一つである HbA1cが5.6~6.4の注意が必要な数値の方が、56.4%みえました。今後、重症化しないように注意が必要です。



令和元年度特定健診：HbA1cの結果

< 特定保健指導の実施率 >

特定健診の結果、疾患のリスクが高い方へ特定保健指導を実施しています。令和元年度の実施率は18.5%と県の平均よりも低い結果となっています。特定保健指導では、生活習慣の改善に向けて保健師・管理栄養士が支援します。該当となった場合は、改善に向けて一緒に取り組みましょう。

	坂祝町	県	国
特定保健指導実施率	18.5%	23.4%	13.2%

< 喫煙について >

令和元年度の特定健診の質問票から、喫煙率が県や国に比べて高くなっています。自分だけで禁煙に取り組むことは大変です。禁煙したいなと思われたら、保健センターや禁煙外来へご相談を。



	坂祝町	県	国
喫煙率	16.6%	12.6%	13.8%

※数値については、KDBシステムより引用

ノルディックウォーク教室 参加者募集!

新型コロナウイルス感染症予防のため、例年よりも外出の機会が減っていることと思います。外出の機会が減ると、体力・筋力の低下が心配されます。

そこで今回は感染予防対策を徹底したうえで、運動不足の解消・今後継続してご自宅でも運動を実施していただけるようにノルディックウォーク教室を開催します。

ご希望の方はお申込みください。

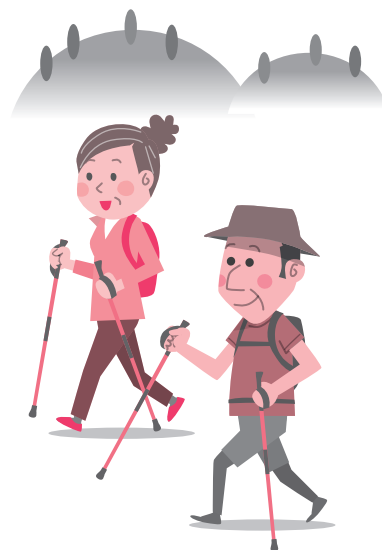
日 時：令和2年10月30日(金) 9:30～11:00

対象者：坂祝町在住または在勤の方

定 員：20名(先着順)

申込先：坂祝町保健センター ☎25-7201

申込期限：10月27日(火)



10・11月休日診療のお知らせ(医科・歯科)

救急・急病以外は通常の診療時間内に医療機関を受診くださるようご協力をお願いします。

※電話でご確認のうえ、お出かけください。都合により変更する場合がありますので、最新の情報を加茂医師会ホームページにて確認してください。

※途中休憩があります。各医療機関にご確認ください。



日 程	【医科】 診療時間 9:00～17:00(受付時間は16:30まで)	【歯科】 診療受付時間 9:00～13:00
10月18日(日)	太田メディカルクリニック TEL:26-2220	あじさい歯科医院 TEL:24-1881
10月25日(日)	木沢記念病院(診察室) TEL:25-2181	坂祝歯科医院 TEL:25-6677
11月 1日(日)	岩永耳鼻咽喉科 TEL:25-8749	まるも歯科医院 TEL:25-8148
11月 3日(火・祝)	林クリニック TEL:28-8899	やまて歯科 TEL:28-7010
11月 8日(日)	木沢記念病院(当直医) TEL:25-2181	高木歯科医院 TEL:25-2464
11月15日(日)	日江井外科 TEL:25-2624	田口歯科医院 TEL:27-5161
11月22日(日)	太田メディカルクリニック TEL:26-2220	からん歯科・矯正歯科&キッズ TEL:48-8810
11月23日(月・祝)	小林クリニック TEL:25-8077	長江歯科医院 TEL:26-1952
11月29日(日)	木沢記念病院(診察室) TEL:25-2181	中島歯科医院 TEL:26-0390 古瀬歯科医院(八百津町) TEL:43-2333

新型コロナウイルス感染症についての相談窓口：発熱や咳等の風邪症状が続いている方、または息苦しさ・強いだるさがある方

〈帰国者・接触者相談センター〉可茂保健所 **25-3111** (内線358)

毎日(24時間)(平日9時～17時以外は電話呼出対応)