

連載

上三川町の健康の「見える化」

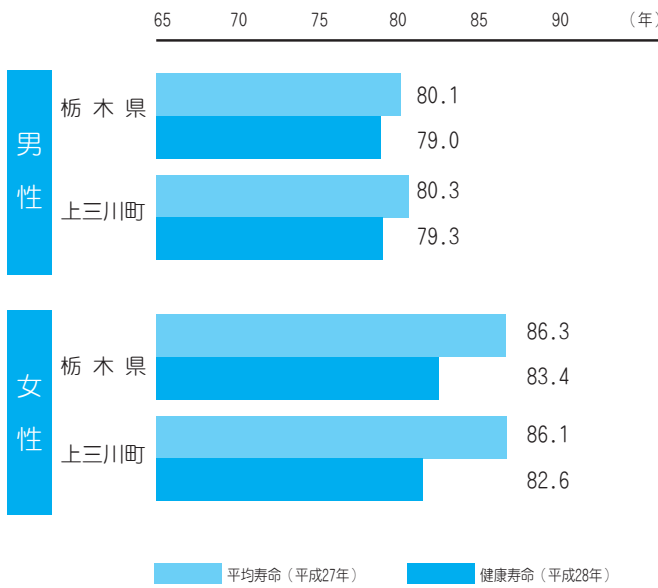
③平均寿命と健康寿命

「平均寿命のうち、健康で活動的に暮らせる期間」を健康寿命と言います。

つまり、平均寿命と健康寿命の差は「健康ではない期間」と言えます。

女性のグラフを見ると栃木県、上三川町ともに差が大きくなっていますが、県の平均と比較すると、女性の平均寿命と健康寿命の差は、3・5年と大きく開いています。平均寿命と健康寿命の差の大きさは、個人の生活の質の低下や医療介護にかかる家計への負担に大きく影響を及ぼすことから、普段の食事、運動、睡眠に気をつけるなどの予防対策が重要になっています。

【平均寿命と健康寿命】



資料：平均寿命（平成27年度市区町村別生命表の概要）
健康寿命（栃木県保健福祉部算定）

▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎56 9133

7月は『第69回社会を明るくする運動』強調月間

『社会を明るくする運動』とは？

『社会を明るくする運動』とは、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した方たちの立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築くための全国的な運動です。

まずは、『できること』から地域のすべての人がそれぞれの立場で関わっていく必要があります。私たちの暮らす地域から犯罪や非行をなくすために、普段の生活の中で『できること』を探してみましょう。家族や地域に住む人との絆を強くすること、地域の交流を深める催しに参加すること…。それぞれの立場で『できること』から始めましょう。

「青少年は地域社会からはぐくむ」という観点に立ち、町では、地域社会が犯罪や非行の防止に対して一体となった取り組みを進めるため『ミニ集会』を開催します。

どなたでも自由に参加できますので、お気軽にご来場ください。

『ミニ集会開催』

▶日時・場所＝

地区	本郷地区	上三川地区	明治地区
日時	7月4日（木） 午前9時～11時	7月8日（月） 午前9時～11時	7月12日（金） 午前9時～11時
場所	本郷地域福祉センター 「きらきら館」	上三川町役場3階 大会議室	明治南コミュニティー センター

▶内容＝警察官による講話・フリートークなど

▶問い合わせ先=健康福祉課 福祉人権係 ☎56 9128

7月から健康診査がスタートします。

年に1回は必ず健診を受診しましょう！！

- 集団健診について
集団健診の日程や申込みのことは健康福祉課成人健康係にお問い合わせください。
- 個別健診について
下表のとおり、個別健診を7月から実施します。

健診項目	特定健診	75歳以上 個別健診	がん個別検診	子宮がん 個別検診	歯周疾患検診
健診内容	問診、身体計測、血圧、血液検査、尿検査、心電図など	問診、身体計測、血圧、血液検査、尿検査、心電図など(腹囲測定を除く)	胃※②・肺・大腸・前立腺	子宮頸部または子宮頸部及び体部※③	歯科検診、歯周病検査、保健指導・ブラッシング指導
対象者 (R2.3.31時点の年齢です)	40～74歳の国民健康保険加入者	75歳以上	40歳以上(前立腺は50歳以上の男性)	20歳以上の女性	40・50・60・70・76歳
費用※①	200円	無料	胃:2,200円 大腸:600円 肺レントゲン:1,300円(65歳以上は無料) 前立腺:400円	頸部:1,600円 頸+体部:3,100円	800円
医療機関※④	町内の指定医療機関			宇都宮市内の指定医療機関	町内及び宇都宮市内の指定医療機関
実施期間	7月1日～12月31日				
申込み方法	直接医療機関に連絡してお申し込みください。				
持参するもの	受診券及び健康保険証 (受診券は6月下旬に町から交付します。76歳以上の方は、歯周疾患検診以外の受診券は交付されません)				
その他	各種健診実施日および時間は医療機関により異なりますので、直接医療機関にご確認ください。				

かかりつけ医が指定医療機関の方や、集団健診の日程が合わない方は、各医療機関にお申し込みください。

- ※①健診費用については、75歳以上の方・非課税世帯の方・生活保護を受給されている方は無料です。
- ※②胃がん検診は、医療機関によりバリウム検査または内視鏡検査の選択ができます。
- ※③「子宮体部がん検診」は最近6ヵ月以内に、①不正性器出血、②月経異常、③褐色帯下のいずれかの症状に該当する方が対象です。
- ※④医療機関は、健康カレンダー、町ホームページでご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

▶ 問い合わせ先＝健康福祉課 成人健康係 ☎(56)9133

～デマンド交通(かみたん号)のご案内～

Q. かみたん号ってどこから乗るの??

A. かみたん号はお家の前から乗ることもできるよ!

町内であれば予約の時に指定したところに迎えに来て、好きな目的地まで行くことが出来るよ!
町外は指定の9施設(※)で、特別に乗り降りすることができるよ!

※石橋総合病院・自治医大病院・うつのみや病院、JR駅(石橋・自治医大・雀宮)、FKDインターパーク・かましん(石橋店、自治医大店)



● 問い合わせ先【予約】予約センター ☎0120(272)315

(通話料無料、平日午前8時～午後5時)

【登録】上三川町役場地域生活課生活係 ☎0285(56)9129

