

あなたの健康を守るため 特定健診を受けましょう！

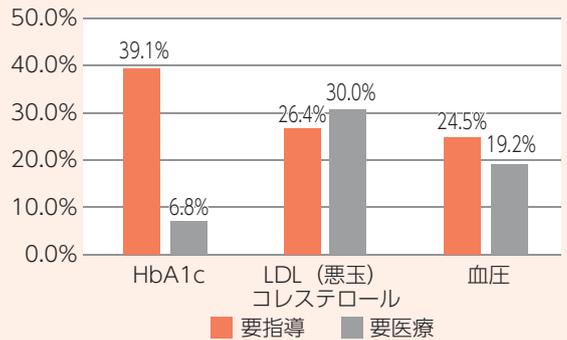
特定健診では、メタリックシンドローム（メタボ）の該当状況についてみていますが、平成25年度の国保特定健診結果では、該当する方が15.6%、予備軍（メタボになるおそれのある方）が10.8%で、合わせると4分の1の方が該当しています。

メタボとは、内臓脂肪型肥満に加え、脂質異常、高血糖、血圧高値の内2つ以上を併せ持った状態、予備軍は1つ併せ持った状態で、それぞれの値がまだ病気ではない軽い状態であっても、重なることで、命にかかわる心筋梗塞や脳血管疾患を引き起こすリスクが高くなる状態です。

要指導の項目では、糖尿病と密接な関係を有するHbA1c（血糖値をみる指標）が、健診受診者の約4割と最も多く、要医療の項目では、LDL（悪玉）コレステロールが30%と最も多い状況でした。メタボに該当しない状態でも、これらの項目の異常を放置しておく、同じように心筋梗塞や脳血管疾患のリスクを高めます。

毎年、健診を受けて早期発見をすることで、悪化を防ぐことができます！今年も健診を受けましょう！

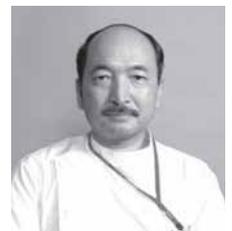
平成25年度 国保特定健診結果



*グラフは結果の抜粋です。
人間ドックの結果は除いています
*率 (%) は健診受診者に占める割合です。

「いろいろな脳卒中とその予防ー特定健診と脳健診の重要性ー」

講師 広南病院東北療護センター長 長嶺義秀医師
とき 6月14日(土) 開場 13:00 講演 13:30~15:00
ところ ふれあいエスパ塩竈 エスパホール
申込 保健センターへ電話かFAXでお申込みください。



長嶺 義秀 医師

講演会のお知らせ

脳卒中に関してはもちろん、健診の重要性についてもお話がありますので、ぜひご参加ください！

問 保健センター ☎364-4786

救急医療情報キットを準備しませんか

- 救急搬送時、救急隊員がいち早く情報を確認、迅速な措置に役立てていただくため『救急医療情報キット』を配布します。
- 市内に居住する塩竈市避難行動要支援者全世帯と、高齢者一人暮らし、二人暮らし世帯で配布を希望する世帯です。

①救急通報

救急キットがあることを示すステッカー

②発見・確認

救急隊員が救急キットから医療情報を確認

③搬送

可能なかかりつけ医療機関に搬送。そうでない場合は他の救急病院へ

※イラストはイメージです。



『救急医療情報キット』

救急医療情報用紙と保管筒

情報用紙には、個人の情報・かかりつけ医療機関の情報を記入します。そのほか、服薬の情報も記入しておくことで適切で迅速な処置がしやすくなります。

保管筒は冷蔵庫に入れ、玄関扉と冷蔵庫の扉にそれぞれ目立つところにシールを張って、万が一に備えましょう。

問 健康福祉部長寿社会課 ☎364-1204

『救急医療情報キット』配布を希望する世帯は、下記の相談・申込先で申込書に記載の上、お申し込みください。

6月16日(月)から申し込みを受け付けします。

相談・申し込み先

塩竈市地域包括支援センター（壺番館庁舎1階） ☎364-1204
北部地区地域包括支援センター（北浜4-6-52） ☎361-3822
西部地区地域包括支援センター（清水沢1-12-2） ☎367-0414