健診の結果はどうでしたか？ 健診結果速報！

新しい年が始まりました。一年の計は元旦にありといいますが、今年も健康で元気に過ごすために、昨年受けられた特定健診を振り返り、新たな気分でがんばりましょう。

昨年、町で実施した特定健診・健康診査（人間ドックを除く）で、異常が認められた人の割合（有所見率）は下のグラフのとおりです。

肥満の指標である、腹囲やＢＭＩが、女性に比べて男性に多く見られることが分かります。しかも、年齢が高くなるにつれて、有所見率が高くなっています。お腹がぷっくりと出た中年男性をイメージすることがよくありますよね。

血糖値やＨｂＡ１ｃは糖尿病の検査ですが、女性より男性が高く、しかも男性では30～40歳代の若い年代から異常がみられることがわかります。

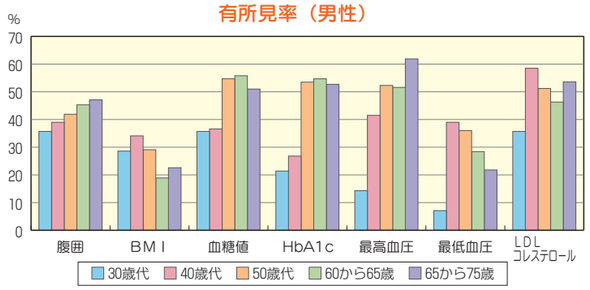
ＬＤＬコレステロールは悪玉コレステロールと言われているもので、動脈硬化を進める主要な危険因子です。全体的に有所見率が高く、特に50歳以上の女性に多く見られるのが特徴です。これは女性ホルモンの影響もあるかと思われます。

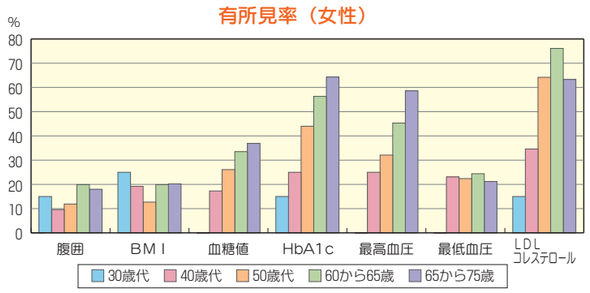
これらの健診項目は生活習慣病と関連があり、異常がみられると動脈硬化（血管の変化、血管が傷む）が進み、心疾患や脳血管疾患などにつながる恐れがあります。

●自分の結果は？

昨年受けた自分の健診結果をもう一度見てください。「治療を受けてください」という結果を受け取っている人は、病院受診をしましたか？まだの人は、今すぐに病院に行ってください。また、「積極的支援」、「動機付け支援」に該当している人は、特定保健指導が受けられます。特定保健指導の日程や内容、健診結果でわからないことがありましたら、気軽に役場の保健師におたずねください。

健診結果は自分の体がどのような状態なのかを見るための大事な指標となります。結果で異常が出ているということは、体がＳＯＳを発信しているということです。そのＳＯＳを早めに受け取って、生活改善につなげましょう！





※腹囲　男性85以上、女性90以上
ＢＭＩ（体格指数）　25以上
血糖値　空腹時血糖100以上、随時血糖140以上
ＨｂＡ１ｃ　5.2以上
最高血圧　130以上
最低血圧　85以上
ＬＤＬコレステロール　120以上

熊本県の新型インフルエンザワクチン接種を前倒しします

■**スケジュール**（平成21年12月14日現在）

	接種申込受付開始日	接種開始日
1歳未満の小児の保護者など	平成21年12月15日(火)	平成21年12月28日(月)予定
小学4年生～6年生		
中学生		
高校生		

＊医療機関へのワクチンの到着状況などで、開始予定日から接種できない場合があります。

今からでも間に合う 特定健診

国民健康保険の加入者で、まだ特定健診を受けていない人を対象にした追加健診を実施します。この機会にぜひ特定健診を受けてください。

国保特定健診

●日時　1月31日(日)、2月1日(月)、2月1日(火)　午前8時～午前10時

●場所　町生涯学習センター

●自己負担　1，500円（国保）

●健診内容　血圧・身体測定・尿検査・血液検査・腹囲測定・心電図・眼底検査

●持参物　国民健康保険証

受診を希望する人は役場までお申し込みください。

やめよう！不法投棄、出さないで！適正処理困難物

私たちが生活するときに、ごみは必ず出てくるものであり、ごみ処理には規定のルールがあります。しかし、このルールを守らずに排出されるごみが後を絶ちません。今回は不法投棄と適正処理困難物についてお知らせします。

不法投棄とは？

皆さん、「不法投棄」という言葉を知っていますか？不法投棄とは定められたごみ処理の方法に従わず、道路や他人の土地に廃棄物を投棄することです。

廃棄物処理法第16条と大津町美しい町づくり条例第7条には「何人も、みだりに廃棄物を捨ててはならない」と定めてあり、罰則(※)も存在するのです。

※「5年以下の懲役」か「1，000万円以下の罰金」となり、併せての処罰もあります。

●不法投棄の現状

町内において、平成19年度は58件、平成20年度は65件の不法投棄を確認しています。

場所は、道路や山林、空き地、畑などがほとんどですが、最近はごみ一時保管所に放置する場合も増えています。

不法投棄は、家庭の生活ごみから、テレビ・冷蔵庫・洗濯機などの大型ごみまで、多種多様です。きちんと出せばリサイクルできるものも、汚れや腐食により余計に処理費用がかかったり、埋立て処分になったりしています。

●自分の土地に不法投棄を防ぐために

排出者が不明な廃棄物の処分は、基本的にはその土地の所有者が処分することになります。不法投棄されないためにも、日頃から草刈り、清掃などを行い、所有地の適正な管理をお願いします。また、不法投棄を発見した場合はすぐに役場までご連絡ください。

適正処理困難物とは？

町にある東部清掃工場及び環境美化センターで処分できない廃棄物を「適正処理困難物」と言います。有害性・危険性・引火性のあるごみや、専門的な処理を必要とするごみが該当します。

これらのごみは、町のごみ収集に出したり、東部清掃工場及び環境美化センターに搬入したりすることはできません。

東部清掃工場の例

※同工場で焼却された灰の中から取り出したものです（空缶・乾電池・スプレー缶など）。同工場の機器の故障の原因となります。

環境美化センターの例

※搬入禁止物が搬入されると、火災や爆発、機器の故障の原因となります。

●適正処理困難物の問題点

適正処理困難物はごみを集める段階で確認を行うのですが、確認できなかったものが環境美化センターに大量に集まってきています。

適正処理困難物は専門的な処理が必要でその場での処分ができません。

また、バッテリーや薬品のビンから液体が漏れたり、ボンベに残ったガスが爆発したり、注射針が刺さったりと、作業する人への危険性も大変問題となっています。

●家庭から出た場合の処分方法

これらのごみが家庭から出た場合は、その物を取り扱っている販売店や、製造業者などに引き取ってもらうか、民間のごみ処理業者に処分をお願いしてください。

また、適正処理困難物の中で一番多いものは中身が入ったままのビン・缶類です。皆さんの家庭で中身を取り除き、軽く洗い流して資源物として出してください。

不法投棄のごみも、適正処理困難物も、本来ならばごみを出した当事者が自ら処分するべきものです。

自分が出すごみは、責任を持って正しい方法で処分しましょう！