

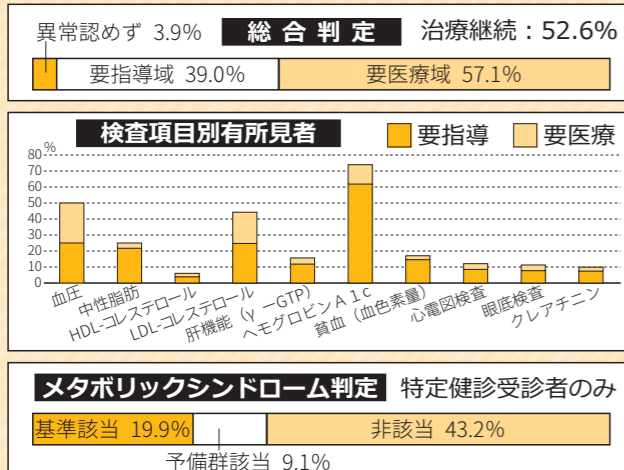
健康
コラム

健診結果は「からだ」からのメッセージ!

健診は、生活習慣病などの早期発見、早期治療につながります。「特に症状はない」「まだ若い」と思っても、年に一度、健診を受けて、ご自身の「からだ」からのメッセージを確認しましょう。

そこで、7月25日(月)から8月4日(木)、11月27日(日)に行った町の集団健診(循環器健診)の結果をお知らせします。受診者は1,785人でした。

受診者の内訳は、特定健診1,286人(国民健康保険1,153人+社会保険扶養者133人)後期高齢者健診350人、39歳以下健診149人です。



総合判定結果をみると、約6割の人が、「医療機関での検査または相談、治療が必要」とされています。検査項目別で見ると、ヘモグロビンA1c(血糖検査)の値が高い人が多いです。

また、メタボリックシンドロームの判定では、約3割の人が、基準該当+予備群該当という結果です。

メタボリックシンドローム判定とは、腹囲に加え、①脂質異常②高血糖③血圧高値のうち、2つ以上に該当する場合は「基準該当」、1つに該当する場合は「予備群該当」になります。危険因子のひとつひとつの値はそれほど悪くなくても重なることで互いに影響し合い、動脈硬化が急速に進行するので、注意が必要です。

「からだ」は、ある日突然何かが起こるということはありません。加齢や生活習慣の積み重ねで少しずつ変化が起きていることが多いのです。今年と以前の結果を比較することでからだの変化をみることができます。徐々に数値が異常値に近づいていないか確認してみましょう。将来も健康であり続けるために日頃から健康づくりを意識した生活を送ることが大切です。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

新型コロナワクチン接種とコールセンター業務の終了について

新型コロナワクチン接種は、令和5年3月で終了となります。接種をまだ受けていない人で、希望される人は早めに受けましょう。

①オミクロン株対応ワクチン接種

対象者: 2回目のワクチン接種が終了している12歳以上の人で、前回の接種から3カ月が経過しており、これまでにオミクロン株対応ワクチンを接種していない人

※町では、9月29日の集団接種よりオミクロン株対応ワクチンを使用しています。

接種回数: 1回

日程	受付時間		接種会場	使用ワクチン
	18歳以上の人	12~17歳		
2月28日(火)	午後1時30分	午後3時45分	総合ケアセンター南三陸	ファイザー社オミクロン株対応ワクチン
3月22日(水)	~45分	~55分		

②5歳から11歳(小児)の3回目ワクチン接種

対象者: 2回目のワクチン接種が終了し、5カ月が経過した人

日程	受付時間	接種会場	使用ワクチン
3月22日(水)	~45分		

南三陸町コールセンター業務は、1月31日を持ちまして業務を終了しました。ワクチン接種の予約申し込みや接種日の変更などは下記までご連絡下さい。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

宮城県ひきこもり居場所支援モデル事業

マイスペースここてらす出張居場所in南三陸

「あなたが安心して行ける場所」マイスペースここてらすを開設します。開設時間内であれば、いつ来ても、いつ帰っても良い、自由に過ごせる居場所です。スタッフや、参加メンバーと交流してみませんか。

- 日 時 2月10日(金)、24日(金) 午前10時30分~午後3時
- 場 所 生涯学習センター(南三陸町志津川字新井田165-1)
- 対象者 ひきこもりの状態にある義務教育終了後からおおむね50歳までの人
※初めて参加を希望する人は、事前に面接をさせていただきます。
- 参加費 無料
- その他 昼食は各自持参となります。

☎マイスペースここてらす石巻 ☎0225-25-7609 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

パタゴニア・フィルム「共生するために走る」南三陸プレミアム上映会&トークイベント開催!

令和3年に発足した南三陸地域イヌワシ生息環境再生プロジェクト協議会は、平成29年からパタゴニア環境助成金の支援を得て、様々な活動を進めてきました。このたび、協議会の一員であるパタゴニア日本支社が主要な活動のひとつである火防線トレイル作業を広く紹介するフィルムを作成しました。

協議会の活動を広く地域に紹介することで、イヌワシをはじめとする南三陸地域の山の環境への理解と関心を高めるとともに、フィルムの全国上映ツアーのキックオフを南三陸からとすることで、イヌワシ生息環境再生プロジェクトへの共感や支援の輪が広がるきっかけとなれば幸いです。多くの皆様のご参加をお待ちしております。



日 時 2月25日(土) 午後7時~8時30分
場 所 南三陸町役場「マチドマ」
主 催 南三陸地域イヌワシ生息環境再生プロジェクト協議会
共 催 パタゴニア日本支社
後 援 南三陸町
参加費 無料

☎南三陸地域イヌワシ生息環境再生プロジェクト協議会 ☎46-2037

南三陸広報 営業案内

名刺・ハガキ・封筒・DM・シール・各種伝票類
書籍・新聞・パンフレット・アルバム・ポスター
横断幕・チラシ・広報誌・その他各種印刷

トータルプリント

佐藤印刷株式会社

☎ 0226-46-2176
FAX 0226-46-3186
E-mail sp@eagle.ocn.ne.jp

FAX・メールでの御注文も承ります

全国どこの処方せんも
受け付けています

こさか調剤薬局

有限会社 小坂調剤

南三陸町志津川字沼田 150-145
TEL 0226-47-2355 FAX 0226-47-2350

思春期・ひきこもり専門相談

思春期のこころの悩みやひきこもりの問題を抱えているご本人やご家族からの相談に応じます。専門相談員(精神科医)にお話してみませんか。

- 日 時 3月9日(木) 午後1時30分~4時30分
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所(気仙沼保健所)
- 予約期限 3月2日(木)

☎保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113
気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356



令和5年度 各種検(健)診一括申し込みについてのお知らせ

2月に来年度の各種がん検診と住民健診のご案内および申込用紙を毎戸に配布します。締め切りは2月22日(水)となっていますので、申し込みをする人は忘れずに提出していただきますようお願いいたします。

なお、皆様の検(健)診の受診状況を把握するため、申し込みをしない人についてもご提出いただきますようお願いいたします。