

## 健(検)診結果は確認を!

■問い合わせ先 町福祉センター健康福祉課  
(健康づくり担当) ☎962-5151 (直)

### 健康診査の速報をお伝えします

コロナ禍ということもあり、令和2年度の町の健(検)診受診者の延べ数は、令和元年度の受診者の9割程度でした。20歳から74歳までの町の集団健(検)診受診者は、1,175人です。集計中のため速報値ですが、概要は次のとおりです。

### 検査結果が正常だった人(全受診者1,175人中)

	血圧	HbA1c※	LDL(悪玉) コレステロール
人	467	372	539
%	39.7	31.7	45.9

※HbA1cは、1~2か月前からの血糖値の平均を表しています。



残念ながら多くの人に正常値を超える結果が見受けられます。

大切なことは、受けっぱなしにしないことです。病院で「これくらい心配ない」と言われる間に、生活習慣を見直し、改善することが生活習慣病を防ぐポイントです。

身体の中ではじまっている生活習慣病の兆しに気づいたら「+10分の運動」「+1皿の野菜」「禁煙」や「減塩」など、今できることから始めましょう。

### 精密検査をそのままにしませんか

精密検査で毎年数名のがんが発見されています。がんは検診で早期に発見ができれば、治る病気です。また、がん以外の病気も多く見つかっています。精密検査が必要と言われたり、「〇か月後に再検査」と言われたりしたら、きちんと検査を受けましょう。

町では、健(検)診の受けっぱなしゼロをめざして、健(検)診後の受診勧奨や、受診状況の確認を電話や文書で実施しています。また、健康づくりや病気の予防について、保健師や管理栄養士が随時相談に応じています。まずはお電話ください。

### 町地域子育て支援センター かんがるーひろば

#### 出張ひろば

**日時** 毎週月曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前9時30分~午後2時30分  
※午前11時30分~午後0時30分は  
消毒のため利用不可

**定員** 午前・午後 各子ども10人(要予約)

**場所** ふれあい交流館  
(大字三代1095)  
※食事などはご遠慮ください。  
スタッフが見守るなか、0歳から3歳までの子どもと保護者が安心して遊べる場所です。

※広報3月号折込チラシ(子育てサポートセンター行事予定表)に記載している会場は、改修工事中そびあしんぐうになります。

### 5月の主なイベント

すべて5人程度の予約制  
予約 5月6日(木)~

内容	日時
0歳児クラブ①	13日(木)午前10時~11時
1歳児クラブ	14日(金)午前10時~11時
0歳児クラブ②	18日(火)午前10時~11時
ベビーマッサージ	28日(金)午前10時~11時

詳しくは問い合わせるか、社協だより、社協ホームページなどをご覧ください。

子育て中の親子がつどい、交流や情報交換をしています。一緒に「仲間の輪」づくりをしてみませんか。離乳食、トイレトレーニングといった子育ての相談も受け付けています。予約が必要です。5月からかんがるーひろばの場所が変わります。

**場所が変わります**

**日時** 毎週火曜日~土曜日の午前9時30分~午後3時  
※祝休日、町福祉センター休館日は休み

**場所** 令和3年5月から そびあしんぐう遊戯室(新宮東4-1-1)

**問い合わせ先** 町地域子育て支援センター ☎963-0134