

平成 24 年度 骨粗鬆症検診のお知らせ

骨粗鬆症とは、カルシウム・運動不足などにより、骨がもろくなっている状態です。骨量は、20～30歳をピークにその後は加齢とともに減少していきます。現在、患者は男女合わせて400～500万人と推定され、そのうち、1年間に10万人が骨折を起こしていると言われております。また、骨折は、寝たきり原因の第3位となっております。早期に骨量減少を発見し、予防することで丈夫な骨作りができ、元気に過ごすことができます。

そのため、揖斐川町では、節目年齢の女性を対象に骨粗鬆症検診を実施しています。

対象の方は、ぜひこの機会に骨粗鬆症検診を受診することをお勧めします。

料 金：1,890円のうち、自己負担金 500円

検診内容：上腕のレントゲンを撮り、骨密度を測定。必要な方には栄養士より助言があります。

月 日	時 間	場 所	対 象
6月 4日(月) 6月 11日(月) 6月 13日(水)	9:00～12:00	揖斐川保健センター	40・45・50・55・60・65歳の女性 (平成25年3月31日現在)
6月 11日(月)	13:30～15:00	谷汲保健センター	

☆ **要予約** です。ご希望の方は、揖斐川保健センターへお申し込みください。(TEL 23-1511)

自死遺族の会『千の風の会』のご案内

近年、自殺者数が全国的に増加し、年間3万人を超える状況が続き、大きな社会問題となっております。1人の方の自殺により、哀しんでいる方が6人はいると言われており、そのような方達は、驚愕・茫然自失、抑うつ後に深い自責の念に襲われ、何年経過しても癒されない日々を送っている方が多くみえます。

そのような方を支援するために、平成21年3月に岐阜県自死遺族の会「千の風の会」が発足し、「分かち合いの会」として安心して語り合える場を提供されてきました。

今年も以下のとおり、分かち合いの会が開催されます。

- 開催日程：第1回 平成24年 5月20日(日)
第2回 平成24年 7月15日(日)
第3回 平成24年 9月16日(日)
第4回 平成24年 11月18日(日)
第5回 平成25年 1月20日(日)
第6回 平成25年 3月17日(日)
- 開催時間：13時30分～16時(受付は、1時から)
- 開催場所：ふれあい福寿会館(旧県民ふれあい会館)4階 小会議室
- 参加費：無料
- 参加資格：自死された方の、親・配偶者・子ども・兄弟姉妹 ※匿名での参加もできます。

【お申し込み・お問い合わせ先】 岐阜県精神保健福祉センター 保健福祉課
住所：岐阜市下奈良2-2-1
電話：058-273-1111(内線2252)
*電話にて、お申し込みください

健康にこにこ運動を
がんばりました!

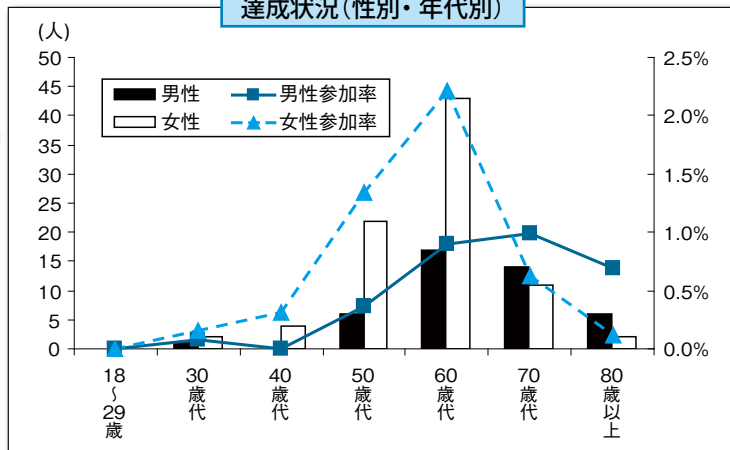
昨年度、9月1日より「健康にこにこ運動」を実施し、128名、延べ238名の方が達成されました。チャレンジ内容は「ウォーキング〇〇歩」「体操〇〇回」「夜〇時以降は食べない」などを始めとして、自分に合わせて様々な目標を立てて挑戦されてきました。達成された方は、挑戦し記録する事で、様々な発見をし、達成感を感じたようでした。

5回以上達成者

継続して「健康にこにこ運動」に挑戦し、5回(15か月間)以上達成された方は、次の17名です。皆さん、チャレンジ内容を、素敵な笑顔で報告してくださいました。

- 折戸 宏 (北方)
- 折戸 妙子 (北方)
- 高橋 繁行 (揖斐)
- 棚橋 伸治 (揖斐)
- 棚橋 艶子 (揖斐)
- 廣瀬 基一 (揖斐)
- 廣瀬 みち子 (揖斐)
- 牧村 儀一 (揖斐)
- 野村 了鳳 (小島)
- 若園 勝美 (小島)
- 若園 りつ子 (小島)

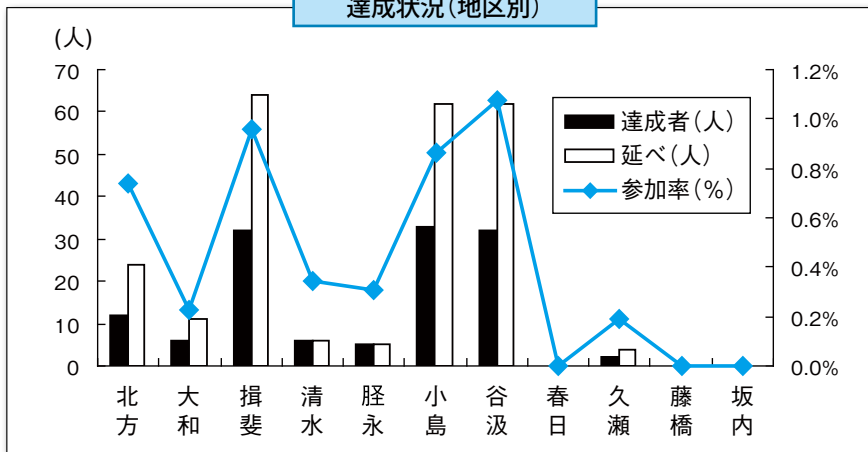
達成状況(性別・年代別)



- 寺井 親夫 (谷汲)
- 松井 静子 (谷汲)
- 松永 智代 (谷汲)
- 松野 繁子 (谷汲)
- 山本 齋 (谷汲)

60歳代・女性の達成者が多いです。
最高年齢は94歳です。

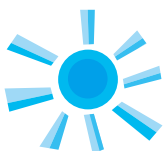
達成状況(地区別)



揖斐・小島・谷汲地区の達成者が多いです。



【お問い合わせ先・連絡先】
西濃保健所揖斐センター
TEL 23-1111
揖斐警察署
TEL 23-0110



5月1日~6月30日は
不正大麻・けし撲滅
運動月間です

今年も5月より、大麻・けしに係る犯罪予防のために、不正栽培及び自生する大麻・けしを二掃すること、正しい知識の普及を図ることを目的とする運動が開始されます。

大麻・けしの使用によって、心身ともに悪影響を及ぼし、人としての生活もできなくなります。それらを予防するためにも不正大麻・けしの撲滅が必要となります。

大麻・けしを発見した場合には、自分で除去しようとせず、必ず最寄りの駐在所や警察署、西濃保健所揖斐センターへの通報・連絡をお願いします。

皆さんで大麻などの薬物のない地域にしていきたいです。