

平成20年度から特定健診・特定保健指導が始まります。

みなさんの健康を守り、増え続ける医療費を抑制するために、より効果的に生活習慣病を予防することを目的に、来年度から全国一律に健康診断と保健指導の方法が変わります。

特定健診の対象は40歳～74歳までの方で大きな変更点は、医療保険者に健診・保健指導の実施が義務化されることです。

今年度までは、揖斐川町の基本健康診査を希望されたみなさんに受診いただきました。20年度からは、国保加入者の健診については国保から、その他の保険に加入されている方にはそれぞれの保険者から健診等の案内がなされ、それぞれの実施計画に従って健診や保健指導を受けて頂くこととなります。

特定健診・特定保健指導の国の目標は、「平成27年度までに、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備軍を少なくとも25%減少させる」というものです。そのための計画を各保険者は今年度中に策定し、みなさんにお知らせします。この計画を立てるために、揖斐川町では、20年度の健診希望調査及び健康調査を40歳～74歳の方すべてに行います。調査票が届きましたら、ご協力をお願いいたします。

特定保健指導とは、メタボリックシンドロームに着目して、健診結果から対象者を選定し保健指導を1～数回に分けて実施し、生活習慣の見直しを考えていきます。つまり健康の大切さを知って、無理なくできる「健康づくり」

の方法を考えていきます。また、特定健診・保健指導の対象年齢以外の方については、市町村や岐阜県後期高齢者医療広域連合の計画によることとなります。

特定健診は20年度からですが、メタボリックシンドロームの予防・解消は今すぐ始められます。まずは運動や食事などの生活習慣を見直して内臓脂肪を減らしましょう。

健康にこころ運動がはじまります！

今年度も、9月1日より「健康にこころ運動」が始まります。運動習慣のある人も、ない人も、ご自身と大切な人の健康保持増進のため、始めてみませんか？

テーマ 運動習慣を身に付けよう！
実施方法

ポスター「平成19年度健康にこころ運動」を利用し1日あたりの歩数または裏面の腰痛体操の実施回数を記録します。

- ・歩数は30万歩で達成です。
- ・腰痛体操は30日実施で達成です。
- ・体操は、1日2～3回を目安に無理せず毎日続けましょう。
- ・歩数も体操も、開始日より2か月以内の達成を目標にしましょう。

参加方法

- ① 地区の保健推進員または保健センター（揖斐川・谷汲）または振興事務所（春日・久瀬・藤橋・坂内）に用意してある「健康にこころ運動参加届出書」に記入して、ポスターを受け取ります。
- ② 2か月以内に達成できたらポスター

の記録表部分を保健推進員または保健センター（揖斐川・谷汲）、振興事務所（春日・久瀬・藤橋・坂内）に提出して記念品をお受け取りください。

参加資格 町内在住の30歳以上の人
参加申し込み期間 9月1日～11月30日
記念品交換期間 平成19年10月1日～平成20年2月29日

【お問い合わせ先】揖斐川保健センター
TEL 23・1511

女性医師再就業支援研修における受講者の募集について

岐阜県では、結婚、出産・子育て等により離職・休職中の女性医師で、県内医療機関での就業を希望する方を対象に、女性医師再就業支援研修を実施しています。それに伴い、受講者を募集しています。

申込期間 随時受け付け

申込方法 所定の申請書様式に記入の上、履歴書・医師免許書(写)を添付して郵送又は持参

※ 申請書様式は郵送するほか医療整備課ホームページからもダウンロードできます。

面接 申請書、履歴書に基づき、研修内容などを確認し、受講の可否の決定を行います。

研修内容 研修受講者が希望する診療科で臨床を中心とした研修

研修期間 概ね1～3か月間
研修場所 岐阜総合医療センター（岐阜市）・岐阜県立多治見病院（多治見市）・岐阜県立下呂温泉病院（下呂市）

予定人数 5人程度

申込・問い合わせ先
岐阜県健康福祉部医療整備課医事担当
TEL 058・272・1111 内線2533
<http://www.pref.gifu.lg.jp/pref/s11299/joseishi/>

平成19年度西濃地域公衆衛生協議会会長表彰を受賞

7月6日（金）大垣フォーラムホテルで杉山満さん（西津波）、石山美也子さん（春日六合）が西濃地域公衆衛生協議会会長表彰を受賞されました。

お二人は、長年、食生活改善連絡協議会会員として地域で活躍されております。益々の活躍を期待いたします。



夏休み親子で楽しく料理教室

7月26日～8月9日、町内9か所で小学生と保護者を対象におやこ料理教室を開催しました。

食生活改善連絡協議会会員の取組んだ食事について勉強し、料理実習を体験してもらいました。体験した子どもたちからは、自分で作った料理は苦手な夏野菜もおいしく食べることができ、「とっても楽しく参加できました。」という声がかかれました。

メニューは、じゃあじゃあ麺、カッテージチーズサラダ、トマトのアイス寒天と夏野菜たっぷりです。