

保健センターだより Vol.10

平成23年度は特定健診の受診率が暫定結果で59.9%でした。今年も特定健診と特定保健指導が始まって5年目にあたり今年度の健診の受診率や特定保健指導の実施率の実績次第で後期高齢者医療費への支援金の加算・減算額が決まり27年度からの保険料に影響することになります。今年度は**特定健診受診率65%達成**を目指します。現在全地区を対象に節目健診の申込み、矢部地区を対象に集団健診の申込みを受付けています。まだ申込みをしていない方は、保健センターか又は総合支所健康福祉課にご連絡ください。

矢部地区特定保健指導終了者紹介



高橋 幸隆さん
(62歳) 御所

動機付け支援受講

- ◎6か月間で体重 7.8kg 減少
腹囲 8.2cm 減少
- ◎ビーチバレーの時大きなお腹をなでられていたので、減らす努力をしなければと思っていました。朝昼晩ごはんを、どんぶりに2杯ずつ食べていたのを1杯に減らし、冬の狩猟の時になるべく車を使わず歩くようにした。趣味と実益が兼ねられてよかった。



山下 静江さん
(63歳) 上川井野

動機付け支援受講

- ◎6か月間で体重 4kg 減少
腹囲2.4cm減少
- ◎病気をしてびっくりした。病院のお医者様からやせるのが一番いいと言われたが、食べるのが好きでやせるのが難しかった。量を多く食べ過ぎるといけないというのがわかった。



山都警察署・署協議会だより

山都警察署
TEL72-0110

「県内で一番安全・安心な山都町」を目指して

犯罪の発生件数が常に少ない山都町。犯罪・交通事故の発生件数の少なさは、町の自慢のひとつです。これも皆さんの防犯意識の高まりの結果です。

順位	市町村名	人口(人)	犯罪発生率
39位	相良村	4,912	2,443
40位	山都町	16,802	2,381
41位	玉東町	5,526	2,353
42位	球磨村	4,181	1,913
43位	津奈木町	5,033	2,353
44位	苓北町	8,227	1,459
45位	水上村	2,394	1,253

(※平成23年中刑法発生率ランキング)

左表の犯罪発生率とは刑法犯発生件数÷人口×1000の値で、その数字が低いほど犯罪の発生が少ないことを表します。昨年、山都町は県内45市町村中“40位”でした。【人口が1万人以上の30市町村の中では“最下位”でした！】(人口は平成23年4月1日現在)

皆さんと一緒に熊本県で一番安全・安心な町を築きましょう。

無事故・無違反チャレンジ102結果 ～山都地区安全運転管理者等協議会 (糸永哲夫会長) 主催～

昨年9月1日～12月31日の102日間、町内の方々が3人1組となり計151チーム(453人)が「無事故・無違反」にチャレンジされました。今回は137チームが無事故・無違反を達成されました。引き続き、無事故・無違反をお願いします。



(2月27日達成チームへの賞品抽選会の様子)

犯罪・交通事故発生状況

事件・事故	24年(1～3月末)
刑法犯	8件(11件)
人身交通事故	7件(18件)

※()内は昨年同時期の発生件数

平成23年度交通安全標語コンクール 入選作品 (山都地区交通安全協会主催)

きをつけよう まいにちとおる みちだけど (矢部小1年 村上華朱沙)
あっあめだ すぐにわたらず 右左 (矢部小3年 本田みはる) (学校名・学年は当時)

特集

もっと知りたい クスリの話

第14集 病院で処方されるクスリ「医療用医薬品」と市販薬「一般用医薬品」について

山都町立蘇陽病院 薬剤科 奥村真利子
監修 院長 水本誠一

「クスリ」には、医師の処方箋が必要な「医療用医薬品」と薬局・薬店で販売されている「一般用医薬品」があります。「医療用医薬品」と「一般用医薬品」の違いをご存じですか？

医療用医薬品とは？

医師が診察後に発行する処方箋が必要で、薬剤師が調剤し、院内または保険調剤薬局で受け取るクスリのことを言います。医師が、患者さんの病状にあわせて種類や服用量を決めますので自己判断で中止したり他の人に譲ったりしないようにしましょう。

一般用医薬品とは？

市販薬、大衆薬、OTC薬〔over-the-counter drug (薬局のカウンター越しにクスリを販売するという意味)〕などとも呼ばれます。医師の処方箋がなくても、自分の判断で薬局や薬店などで購入できるクスリのことを言います。使用する前に、クスリの説明書を必ず読んで、用法・用量を守るようにして下さい。

また、漫然と使用せず、症状の改善がみられない場合には服用を中止し、医療機関を受診するようにしましょう。

購入時に注意すること (クスリを選ぶときに薬剤師に相談してください)

- ①医師から処方されたクスリを服用している人 (飲み合わせに注意が必要となります。)
- ②クスリや食べ物にアレルギーがある方



「スイッチOTC薬」とは？

医療用医薬品のうち、医師の処方箋がなくても薬局などで購入できるようになったクスリのことを言います。こうしたクスリは、比較的副作用が少なく安全性も確認され効果も良いとされています。しかし、元々は病院で処方されていたクスリですので使用する上で注意が必要となります。購入する時は薬剤師と相談してください。

新任医師です！ 中山 明香里

皆さまはじめまして。この度、蘇陽病院勤務となりました中山 明香里と申します。

診療は主に内科を担当させていただきます。これまでは鳥取県の病院に勤務しておりましたので、熊本県での勤務は今回が初めてとなります。言葉に鳥取弁の訛りがあるため、分かりにくいと思われた場合には遠慮なくご指摘ください。

地域の皆さまの健康に貢献していけるよう精一杯努めさせていただきますので、これからよろしくお願い致します。

