

## 令和2年度小児生活習慣病予防健診を行いました

山都町では保健事業として14年前から実施している小児生活習慣病予防健診を、今年度も小学5年生と6年生の希望者を対象に、8月8日に矢部保健福祉センター千寿苑で、9月5日に蘇陽支所で行ないました。

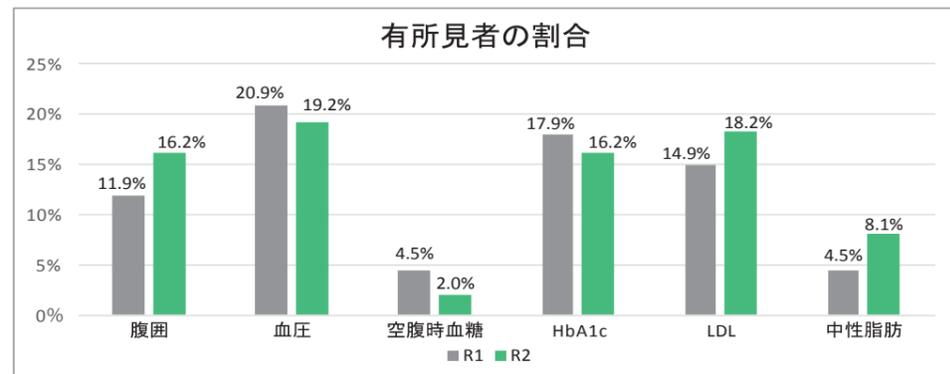
<受診率の推移>

	対象者(人)	受診率(%)
H30	201	46.9
R1	191	33.3
R2	204	48.5

※対象者：小学5・6年生の希望者

<今年度受診者の結果>

R2	割合(%)
異常なし	49.5
保健指導該当者	37.4
要医療該当者	13.1



### ～ 健診結果について ～

今回の結果を見てみると、「異常なし」は49.5%で半分以下となっており、血圧や糖尿病の検査項目の一つであるHbA1cが基準値以上の子どもの割合が高い状況が続いています。さらに腹囲やLDLコレステロール、中性脂肪において、数値が基準値よりも高い子どもの割合が増えています。5年生全員にとったアンケート結果から、夕食前や就寝前の間食、ジュースや炭酸飲料の多量摂取が原因と考えられます。併せて、今年は新型コロナウイルス感染症予防のための外出自粛などの影響により、運動不足も影響していると考えられます。今一度、子どもの生活習慣を見直し、家族ぐるみで生活習慣の改善に取り組んでみましょう。

## 11月はSIDS（乳幼児突然死症候群）対策月間です

SIDS（乳幼児突然死症候群）は、何の予兆や既往歴も無いまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気です。乳児期の死亡原因の第4位です。以下の3つのポイントを守ることにより、発症率が低くなるというデータがあります。

### ① 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝せましょう

SIDSは、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、寝かせる時にうつぶせに寝かせた時の方が、SIDSの発症率が高いことが研究者の調査から分かっています。



### ② できるだけ母乳で育てましょう

母乳育児が赤ちゃんにとっていろいろな点で良いことはよく知られています。母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発症率が低いことが研究者の調査から分かっています。

### ③ たばこをやめましょう

妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなり、呼吸中枢にも明らかに悪影響を及ぼします。身近な喫煙者にも協力を求めましょう。妊婦さんや赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。

問合せ先 健康ほけん課健康づくり係 ☎ 72-1295

## 災害時要支援者名簿調査の実施について

福祉係より

この調査は、災害対策基本法において整備が義務付けられている名簿の作成に役立つもので、調査による情報は、本人の同意のもと、お近くの民生委員・児童委員をはじめ関係機関と共有し、平時からの見守りや防災啓発活動に活用します。

さらに、地域防災力の強化を図るとともに地域で助け合う共助の取り組みを推進するものでもあります。お近くの民生委員・児童委員の皆さまが、対象となられるご家庭に調査のため訪問されますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

調査対象 ・ 前回調査において支援情報開示について同意のあった方  
・ 65歳以上の単身世帯及び70歳以上のみ世帯

## 介護が必要な？と思ったら、まずはご相談ください！

高齢者支援係より

- ・ 高齢の親が転倒し、骨折してしまった・・・
  - ・ 身体能力が落ちて動きにくくなった・・・
  - ・ 物忘れがひどくなって介助が必要・・・
- など、お困りではありませんか？

自分の家族や身内に介護が必要になり「介護サービスを受けたい」と思ったら、まず、地域包括支援センターにご相談ください。地域包括支援センターは山都町役場本庁福祉課内にあります。

地域包括支援センターには、保健師や社会福祉士、主任ケアマネジャー（主任介護支援専門員）などの専門資格をもつ職員が配置されています。

高齢者に関する幅広い相談を受け付けていますので、ご自身やご家族のこと、介護に関する事などお気軽にご相談ください。

※相談内容に応じて介護保険の申請や、より専門的な関係機関へおつなぎする場合があります。

## みんなで支え合い！シルバーヘルパー養成講習会

シルバーヘルパーとは、高齢者が在宅で安心して生活できるよう見守り、声掛けなどを実践する友愛訪問員のことです。思いやり、支え合う心豊かな地域社会づくりを目指して、介護予防・地域支え合い活動を推進しています。

山都町でも年に1回行われる講習会を開催しており、8月19日に千寿苑にて行いました。

ヘルパーとしての心構えや介助方法などの実践的な内容から、在宅福祉サービスや認知症予防などの福祉に関する講演も行われます。

山都町のシルバーヘルパーの登録者数の割合は県内でも高く、この日も約70名の方が受講されました。受講者の方は「地区の高齢者の方が増えてきて、何か出来ればと登録しました。接し方など分かっているつもりでしたが、講習会を受けてとても勉強になりました。」と話されました。



### 問合せ及び申請先

山都町役場 福祉課 ☎ 72-1229 清和支所 健康福祉係 ☎ 82-2112  
蘇陽支所 健康福祉係 ☎ 83-1112 山都町地域包括支援センター ☎ 72-1667