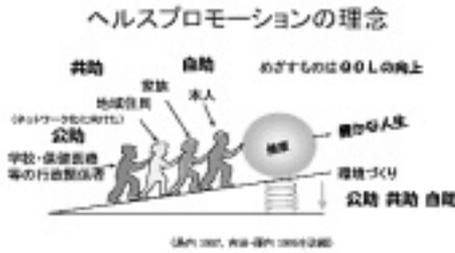


「上島町健康づくり計画」を策定します ～みんなが健康であるために健康づくりの輪をつくらう～

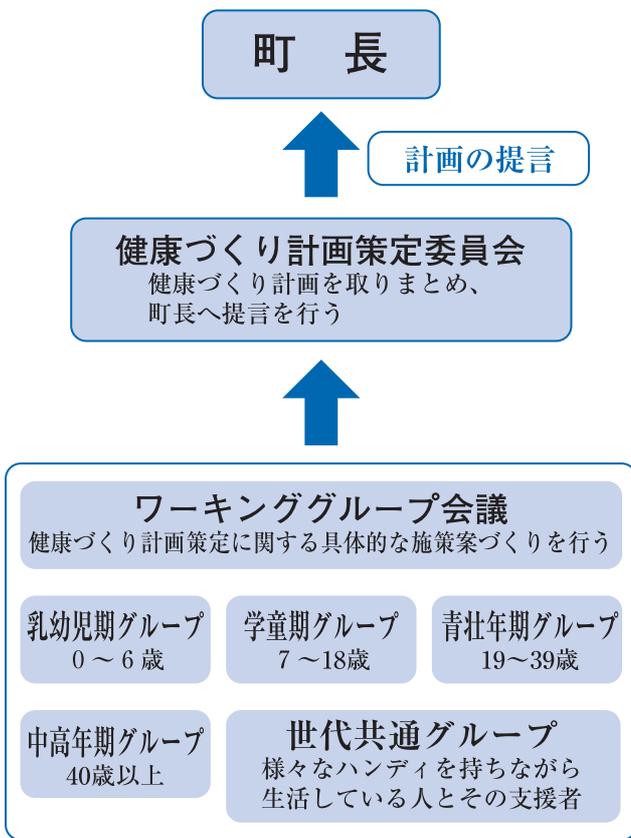
すべての住民が、いきいきと明るく元気で豊かな人生を送るためには、1人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」という意識を持って健康の保持・増進に取り組み、地域・行政や関係団体がその活動を支えることも必要です。さらに「健康増進法」の施行により「健康日本21」を基にして国の目標をさらに具体的なものにし、地域の実情にあった計画が町の「健康づくり計画」です。



保健センター だより

- 弓削保健センター
TEL 77-3700
- 岩城保健センター
TEL 74-0755
- 生名保健センター
TEL 74-0911
- 魚島保健福祉センター
TEL 74-1120

★「健康づくり計画」ができるまでのながれ



「上島町健康づくり計画」 策定メンバー募集中

生涯、ライフステージに応じた体も心も健康で充実した生活をおくれる上島町にするため、地域の健康づくりについて一緒に考えてくださる方を募集します。

【活動内容】

平成19年8月～12月の間 月1回程度開催します。
「健康づくり計画」ワーキング会議に出席していただきます。
*報酬はありません。(交通費は実費支給いたします)

【募集人員】

各地域1～2名程度

ワーキンググループ (開催地区)

- 乳幼児期グループ (0～6歳) (生名)
- 学童期グループ (7～18歳) (弓削)
- 青壮年期グループ (19～39歳) (岩城)
- 中高年期グループ (40歳以上) (弓削)
- 世代共通グループ (様々なハンディを持ちながら生活している人およびその支援をしている人) (岩城)



【応募方法】

平成19年5月18日(金)までに、お住まいの各地区保健センターへご連絡ください。

※事前調査で受診を希望された方は、お知らせ文を通知いたしますので、日時を予約して当日受診してください。
予約のない方の受診はできませんのでご了承ください。



地区	日程	会場
弓削地区	5月21日(月)	弓削開発センター
	22日(火)	せとうち交流館
	23日(水)	〃
	24日(木)	弓削保健センター
	25日(金)	〃
生名地区	6月6日(水)	生名体育館
	7日(木)	生名保健センター
	8日(金)	〃
岩城地区	5月30日(水)	岩城保健センター
	31日(木)	〃
魚島地区	6月1日(金)	〃
	5月28日(月)	高井神公民館
	28日(月)	魚島保健福祉センター
	29日(火)	〃

自分の健康状態を知り、健やかな毎日を送るためにも、年に一度は健康診査を受けましょう。

平成19年度 総合健康診査

地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢の皆さんを、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から総合的に支えるための総合窓口です。皆さんがいつまでも健やかに住みなれた地域で生活していけるよう、地域包括支援センターを積極的にご利用ください。

★上島町地域包括支援センター TEL 77-3698
 ★生名サブセンター TEL 74-0921
 ★岩城サブセンター TEL 74-0755
 ★魚島窓口 TEL 74-1120

生活機能評価

基本健診に加わった

検査項目について

皆さん今年の健診は受ける予定にしていますか。先月のこのコーナーでお知らせしたように、65歳以上の方を対象に、町が実施している基本健診の項目に生活機能評価が加わりました。今月は、その内容について説明します。



生活機能評価のために 新しく加わった検査項目

① 口腔内の視診

口腔内の状態（歯痛、歯垢、清潔度、義歯の不具合、口臭など）をチェックします。

② 関節の触診

肩、肘、膝などの関節を触って異常がないか調べます。

③ 反復唾液嚥下テスト（選択項目）

30秒間空嚥下をしていただき、唾液の飲み込みの状態を調べます。

④ 血清アルブミン検査（選択項目）

アルブミンは血液中に含まれるたんぱく質で、高齢者では低栄養状態を調べる手がかりになります。採血の一部を使います。

⑤ 基本チェックリスト

25項目からなる質問票で、健診希望調査と一緒に配布させてもらい、提出していただいたものを使います。

これらの検査結果を踏まえ、生活機能の低下があると判断された場合は、地域包括支援センターにおいて介護予防プログラムを作成し、介護予防に関するサービスを提供していく予定です。

高齢期の健康づくりには、これまでの生活習慣病予防に加え、生活機能低下を防ぐための介護予防に取り組むことが大切なのです。

旧日本赤十字社救護看護婦及び旧陸軍海軍従軍看護婦の皆様へ

内閣総理大臣名の書状を贈呈します

先の大戦において、外地等（事変地の区域又は戦地の区域）に派遣され、戦時衛生勤務に従事された旧日本赤十字社救護看護婦及び旧陸軍海軍従軍看護婦の方（慰労給付金受給者を除く）に対して、その御労苦に報いるために内閣総理大臣名の書状を贈呈しております。

請求期限が2年間延長され、

平成21年3月31日までとなりました。

◆ 御本人または御家族などからの御連絡をお待ちしております。

【請求用紙】

請求用紙は上島町住民課の窓口（0897-77-2500）に用意してあります。（次のところに直接問い合わせても可）

【問合せ先】

〒100-8926 東京都千代田区霞が関2-1-2
 中央合同庁舎2号館8F

総務省大臣官房管理室 業務担当

電話 03-5253-5182（直通）

FAX 03-5253-5190

「潮湯」イベントのお知らせ

“母の日イベント”

“お母さんいつもありがとう”

お母さんへ日頃の感謝を込めて「潮湯」からのプレゼント！



母の日（5月13日）は

“女性全員無料優待”

（※但し、オムツの取れていない乳幼児は入場できません。）

いつも大変なお母さん、たまには潮湯で、リフレッシュしませんか？

母の日のキャラクター風呂は



ローズヒップです。

※ローズヒップとは、ビタミンC補給やストレスが気になる方におすすめのハーブです。

■問合せ先 上島町海水浴施設「潮湯」
 TEL 74-0808