

健康

住民健診について

健康講座

受けて安心 住民健診

6月20日から高森町の住民健診が始まりました。健診は自分では気づかない体の状態を知ることができる良い機会です。

健診結果で、『要注意』や『経過観察』と、診断を受けた場合は特に体調にその症状がなくても放置せず、生活の改善を図ることが大切です。

今回はこれまでの高森町の住民健診結果から、健康の実態と個人の健康課題について考えていきたいと思っています。

とにかく多い糖尿病予備軍

図1は、住民健診で正常値（上限）を超えている人の割合をグラフ化したもので、高森町と全国を比較したものです。

特に注目してもらいたいのが、『HbA1c』（エイチビーエーワンシー）とその隣の糖代謝を示す『血糖』のグラフ。『HbA1c』とは血糖値の過去1ヶ月から2ヶ月の平均値を表しており、高森町ではこの糖代謝の項目に異常がある人が特に多い、ということがグラフから見てわかります。また、図2の平成26年度と平成27年度の比較では、

基準値から外れている人の割合が多くなっています。では、糖代謝の異常が続く場合、どのような影響があるのでしょうか。

有名なところでは、下肢の切断や失明が挙げられます。その他、心臓発作や脳卒中になる危険性が2倍から4倍ほど高くなると言われています。

また、脳への影響も深刻で、認知症にかかるリスクが普通の人の2倍高くなり、脳卒中を起こしている場合ではアルツハイマー型認知症になる確率が約20倍も高くなるというデータがあります。

実際、高森町では介護保険利用者の病気で一番多いのが認知症であり、高血糖の影響がでていると考えられます。

本当に怖い血管障害！

その他にも、血圧やLDL（悪玉）コレステロールの数値が悪い人も増えています。これら高血圧・高血糖・脂質異常は血管を傷める原因であり、『血管の傷み』血管障害』は脳卒中・心臓病・腎臓病・認知症の原因になるとして今医療の現場で注目されています。私たちがこれらの病気になるようにしていくには自覚症状がないうちから

検査結果に応じて『血管の傷み』を最小限に抑える取り組みが重要です。特に高森町の場合は既に『血管が傷んでいる』状態にいる人も多いため、個人個人で自分の状態に沿った取り組みを始める必要があります。そこで、これからの健康講座では各種健診結果と血管の関係性や、健診結果を正常値にしていくなために気をつけるべき生活習慣についてシリーズでお伝えしていきます。

次回は『血管内皮障害』についてお届けします。

人権

人権問題「児童虐待⑧」

児童虐待をなくすために何ができるのか、前号で私たちと保護者ができることを挙げましたが、他にも重要な役割を担う方がいます。

学校の先生にできること

日常的に子どもたちと接している先生達は、虐待を受けている子どもが近くにもいるかもしれないという危機感を持ち、子どもが発するSOSを見逃さないようにすることが大切です。

病院の先生にできること

病院の先生にも、学校の先生と同様に虐待を受けている子どもと出会う可能性があります。常に意識して診察に当たる必要があります。

次に挙げる項目は、学校の先生と病院の先生、それぞれに共通する対応となります。

▼虐待を受けた子どもがいた場合の対応方針を決め、必要な体制作りを進める

▼日頃から関係機関との連携を深めておく

子どもたちが自分自身をかけがえのない存在であると意識できるよう、誰もが生まれながらに持っている人権を大人が教えてあげることが大切です。

また、自分の人権が侵害された時には、周囲に助けを求めてよいと伝えることも重要です。

健康推進課

62

1111 内線123

図1:平成27年度住民健診の有所見者の比較 (全国・高森町)

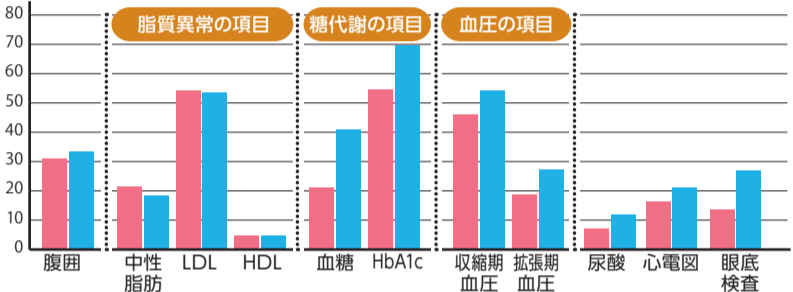
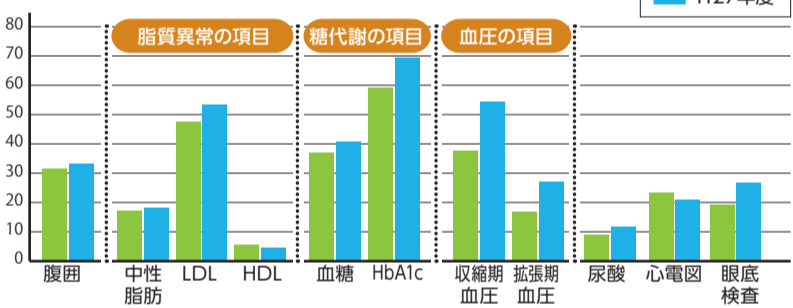


図2:高森町の状況比較



住民福祉課

人権同和啓発係

62 1111 内線131

その他

●個人の部

種目	個人名	(成績)
剣道 (男子1年)	藤堂 文太・高森中	(第3位)
剣道 (男子2年)	荒木 礁・高森中	(第1位)
	福本 海・高森中	(第2位)
	水野 大輝・高森中	(第3位)
	井上 陽向・高森中	(第4位)
剣道 (代表)	板井 俊将・高森中	(第1位)
	工藤 宙尊・高森中	(第2位)
	竹内 壮輝・高森中	(第3位)
	胤末 香心・高森中	(第4位)
柔道 (男子50kg)	上村 将文・高森中	(第3位)
柔道 (男子60kg)	田上 知歩・高森中	(第1位)
柔道 (男子66kg)	花田 恵汰・高森中	(第2位)
柔道 (男子81kg)	中川 勇斗・高森中	(第2位)
バドミントン (男子シングルス)	白石 和馬・高森東中	(第1位)
	児玉 裕大・高森東中	(第2位)
バドミントン (男子ダブルス)	鶴林 海翔／工藤 力哉	(第2位)
	高森東中	(第2位)
	岡本 裕斗／野尻 敦哉	(第3位)
	高森東中	(第3位)
空手道	福田 祐也・高森中	(ベスト4)

阿蘇郡市中学校総合体育大会 夏季大会成績

6月25日(土)から27日(月)、そして7月2日(土)の4日間、阿蘇郡市中学総合体育大会・夏季大会が行われ、高森町の生徒がそれぞれの種目において優秀な成績をおさめました。

●団体の部 (色つき：県大会出場)

種目 (男女)	学校名 (入賞成績)
ソフトボール (女子)	阿蘇中・高森中合同チーム (第1位)
サッカー (男子)	高森中・南阿蘇中合同チーム (第3位)
バスケットボール (男子)	小国中・高森中合同チーム (第3位)
バスケットボール (女子)	小国中・高森中合同チーム (第1位)
剣道 (男子)	高森中 (第1位)
柔道 (男子)	高森中 (第2位)
バドミントン (男子)	高森東中 (第2位)
バドミントン (女子)	高森中 (第3位)