

2月6日、健康福祉会館で開催した「区長会・農会長会」で、明るく住みよい地域社会づくりのため、地区代表の区長や農会長を務められた方、また区長や農会長を4年以上務められた方で、退任された方に「市長感謝状」をお贈りしました。

## ■区長

氏名(町名)	在職年数など
松尾義三 (東高室)	4年(北条地区代表2年) 平成26年区長会・会長
釜坂明廣 (上若井町)	2年(西在田地区代表2年) 平成27年区長会・会長
永田岳巳 (坂元町)	2年(富田地区代表1年) 平成27年区長会・副会長
藤井 正 (西剣坂町)	4年(賀茂地区代表1年)
丸谷芳生 (青野原町)	2年(富合地区代表1年)
藤本 隆 (油谷町)	2年(多加野地区代表1年)
大西一郎 (殿原町)	2年(在田地区代表1年)
國松輝夫 (西谷西町)	14年
三枝 勤 (御幸町)	4年
高次貞雄 (西高室)	4年
辻 富男 (古坂2丁目)	4年
横山和美 (山下西町)	4年
深田泰造 (尾崎町)	4年
小谷安富 (坂本町)	4年
谷川定隆 (倉谷町)	4年
松山 茂 (繁陽町)	4年
岡田一二三 (鍛冶屋町)	4年

## ■農会長

氏名(農会名)	在職年数
石野敬五 (西谷東町)	4年(富田地区代表2年) 平成26年農会長会・会長
河合俊三 (鶉野上町)	6年(九会地区代表1年) 平成27年農会長会・副会長
中野勝則 (東高室)	4年(北条地区代表1年)
五百藏卓久 (倉谷町)	4年(下里地区代表1年)
後藤義彦 (窪田町)	2年(富田地区代表1年)
岡本康雄 (田谷町)	2年(多加野地区代表1年)
釜田健一 (上若井町)	2年(西在田地区代表1年)
吉田恵三 (上道山町)	2年(西在田地区代表1年)
岩崎敏明 (尾崎町)	6年
高橋良樹 (西高室)	4年
見上克実 (西剣坂町)	4年
岩崎正俊 (坂本町)	4年
菅野松郎 (桑原田町)	4年
岸本善行 (繁陽町)	4年



# 健診を受けてがんなどを早期発見

問合せ／健康課(健康福祉会館内) ☎42-8723  
FAX42-7521 kenko@city.kasai.lg.jp

平成27年度町ぐるみ健診は6月から12月に14日実施し、がん検診と特定基本健診で3,611人の受診がありました。要医療や要精密検査と判定され、医療機関を受診されていない方は早めに受診しましょう。

■**がん検診**／検診後に要精密検査を受け、「がん」や「がん疑い」と診断された方は、平成27年12月末現在で14人でした。がんは、早期では無症状の場合が多いので、健康だから大丈夫と感じている方も年1回は検診を受けましょう。

■**特定基本健診**／受診者の23.8%が、メタボリックシンドローム(腹囲が基準値より大きく、脂質異常や高血糖、血圧高値などの項目が重なっている)の該当者、または予備軍と判定されています。腹囲が基準値(男85センチ、女90センチ)を超えると、内臓型肥満となる場合が多く、脂質異常症や高血圧性疾患などの生活習慣病のリスクが高まります。検査結果を見直し、肥満の原因となる食べすぎや運動不足などの生活習慣の乱れがないか見直してみましょう。また、毎年健診を受けて検査結果の変化も確認しましょう。

■**町ぐるみ健診申込書を配布**／一度に多くの種類の健診が受診でき、20歳からと若い世代から受診できるものもあります。平成28年度町ぐるみ健診は、広報かさい3月号と共に配布している申込書で、申し込みしてください。土日健診では託児もあります。

■**スマイル健康相談**／月2回程度(水曜午後、予約制)、健診結果の見方や健康づくりの相談ができるスマイル健康相談を行っていますので、ご利用ください。

## ■検診別の受診者と要精密検査人数

検診項目	受診者数	要精密検査人数
胃がん	1,261人	127人(10.1%)
前立腺がん	752人	54人(7.2%)
大腸がん	2,363人	127人(5.4%)
子宮頸がん	874人	13人(1.5%)
胸部	2,483人	23人(0.9%)

## ■特定基本健診で要医療と判定された人数(受診者2,919人)

検査項目	要医療人数
脂質	764人(26.2%)
メタボ	該当者 406人(13.9%)
	予備軍 289人(9.9%)
血圧	419人(14.4%)
肝臓	149人(5.1%)
貧血	117人(4.3%)
糖尿病	85人(2.9%)
腎臓	68人(2.3%)

## まだまだ油断できないインフルエンザ

### ■流行時期は 12月上旬から 4月上旬

インフルエンザウイルスの流行期は 12月上旬から 4月上旬です。インフルエンザ A 型が 1月中旬から 2月上旬に流行を迎え、2月下旬から 4月頃まではインフルエンザ B 型が流行します。

冬場に流行する A 型が話題となることが多いですが、3月以降もまだまだ油断できません。寒さが和らぐにつれ卒業式、入学式など大人・子どもが集まる行事に参加する方は注意が必要です。

A 型にかかった方も、B 型にかかる可能性があります。2度もインフルエンザにかかることは避けたいものです。

### ■症状と感染経路

症状は、インフルエンザ A 型・B 型ともに同じです。咳、発熱、悪寒、関節痛など全身症状が強くなりますが、2～7日かけてゆっくり軽快していきます。

感染経路は飛沫感染が中心です。ウイルスを含んだ鼻水、唾液は、咳やくしゃみで 2m 程度の周囲に拡散し、それらを吸い込むことによって感染します。また、咳を受け止めた手などを介して接触感染することもあります。

### ■マスクや予防接種などによる予防を

マスクを用いた飛沫感染予防策、手を洗うことやテーブルなどを清潔に保つ環境衛生による接触感染予防



策、予防接種などを組み合わせることが効果的です。

また、家庭内感染を防ぐために、介抱する方が抗インフルエンザ薬を予防薬として服用する方法があります。この際、予防目的での薬の処方には保険外診療（自費支払）となります。

### ■特に高齢者や妊婦の方は予防接種を受けましょう

「予防接種したのにインフルエンザにかかった」という場合もあります。

予防接種は、接種者の持病の関係などもありますが、65歳未満の方なら 70～90%、65歳以上の方では 30～70% の予防効果を得られます。予防接種は感染しないことを保証するものではありませんが、①感染しにくくする ②重症化を防ぐ といった効果がある優れたものです。インフルエンザにかかった場合も抗体がウイルス量の増殖を抑制し、症状を軽くしてくれます。特に重症化しやすい高齢者、妊婦の方への接種は強く推奨されています。

これまで予防接種には B 型 1 種しか入っていませんでしたが、今シーズンから 2 種に増え、A 型 2 種 (H1N1、H3N2)、B 型 2 種 (山形系統、ビクトリア系統) の計 4 種となりました。これから B 型の流行する時期では、予防接種効果に更なる期待がもてそうです。

インフルエンザと同様に肺炎球菌による呼吸器感染症で入院する高齢者がいます。予防接種で症状を軽減できる場合も多く、高齢者は予防接種助成金制度の利用もできます。

詳しくは、指定医療機関（市ホームページ）か、市役所健康課（☎ 42-8723）へお問い合わせください。

（感染管理認定看護師 岸本達希）

## 入院時の食事代が変わります

問合先／国保医療課 ☎42-8721 FAX42-1792  
kokuho@city.kasai.lg.jp

入院と在宅療養の負担の公平を図るため、国民健康保険加入者と後期高齢者医療制度加入者の入院時の食事代が、平成 28 年 4 月から引き上げられます。

なお、低所得者区分の方は変更ありません。ご理解のほどお願いします。



### ■入院時食事療養費の自己負担額（1食あたり）

		4月以降	3月まで
現役並み所得者・一般		360円	260円
低所得者Ⅱ	90日までの入院	210円	
	90日を超える入院（過去12カ月の入院日数）	160円	
低所得者Ⅰ		100円	