



「脱メタボ」が神戸町民の健康課題！ 生活習慣病予防のために、特定健診・特定保健指導を受けましょう！

メタボとは内臓肥満に高血圧、高血糖、脂質異常が組み合わさり、動脈硬化性疾患をまねく状態のことを言います。

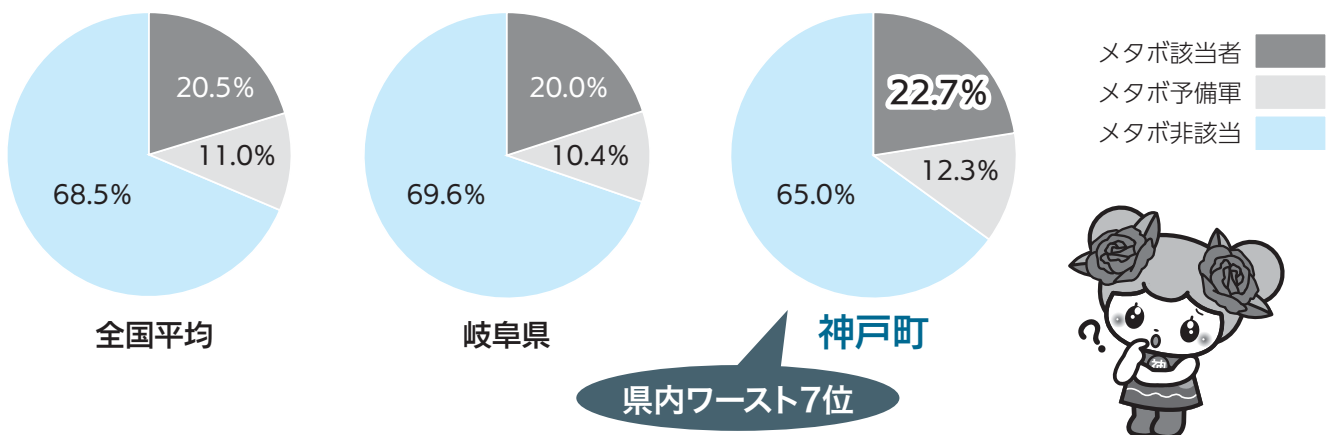
令和5年度の神戸町特定健診受診者のうち、生活習慣病の発症リスクが高まる「メタボ該当者」の割合が岐阜県内ワースト7位という結果でした。

また、高血圧症で治療中の方が県内の割合よりも高く、介護認定を受けられる方の約7割が心臓病の治療をされています。

「メタボ」は健診でしか見つけることができません。特定健診は「メタボ」に着目した健診です。令和5年度の特定健診受診率（国民健康保険加入者40歳～74歳を対象）は47.4%であり、国の掲げる目標値60%に達していません。特定健診は11月末まで実施しています。

早期にメタボに気づき、生活習慣病を予防するために年に1度は特定健診を必ず受診しましょう！！

令和5年度特定健診受診者のメタボ割合



9月は健康増進普及月間です！



高齢化や社会生活環境の急激な変化等に伴う、生活習慣病の増加が大きな課題となっています。これに対し、厚生労働省は、毎年9月1日から30日までの1か月間を「健康増進普及月間」と定め、生活習慣病や運動・食事・禁煙などの生活習慣改善についての理解、健康づくりの実践を促進しています。

スローガン

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠」

この機会に生活習慣を見直し健康づくりの取り組みをしましょう。

新型コロナワクチン予防接種について

65歳以上の高齢者等を対象とした新型コロナワクチン定期接種が10月から始まります。接種期間や自己負担額等、詳細につきましては、広報10月号でお知らせします。

シルバーキッチン歯っぴー教室に参加しませんか？

いつまでも若々しく、歯ツラツとした生活が送られるように、お口の機能を高めて、バランスの良い食事のとり方を楽しく学びませんか？

全4回コースで行います。内容は、オーラルフレイル対策・口腔機能向上を目的とした、短時間で実践できる体操と、低栄養予防を中心とした調理実習を行います。

日 時 9月5日(木)、10月10日(木)、
11月14日(木)、12月10日(火)
9:30~12:00(4回コース)
場 所 神戸町保健センター
(1階集団検診室・2階調理室)
料 金 1回200円
申込み 神戸町保健センター



自殺予防週間 9月10日(火)~9月16日(月)

あなたの悩みや不安を気軽に相談できる場所があります。ご希望の窓口を選んで話してみませんか？

こころの健康相談統一ダイヤル

0570-064-556 (有料)

よりそいホットライン

0120-279-338 (無料)

SNS相談

まもろうよこころ 厚生労働省HP



HP



乳幼児の健康相談・母子健康手帳の発行について【予約制】

事業名	対象者	開催日
乳幼児健康相談	乳幼児	9月30日(月)

※家族等に体調不良の方がいる場合は、参加をご遠慮ください。
2歳未満のお子様はバスタオルをお持ちください。
※健康診査及び、他の相談事業に関しては、個別通知いたします。
※「神戸町くらしのカレンダー」に、母子保健予定表を掲載しています。日程変更がある場合は広報にてお知らせします。

●母子健康手帳の発行は 事前に予約のお電話を!(お願い)

母子健康手帳交付の際に、出産・育児の見通しと一緒に立てる(伴走型相談支援)ため、面談を実施いたします。事前にご予約いただき、お時間に余裕を持ってお越しください。

<持ち物>

- ①妊娠届出書(マイナンバーを記入したもの)
- ②公的身分証明書(運転免許証等)