

健康だより

令和6年4月号

NO 561号


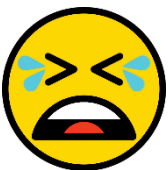

大蔵村 健康福祉課



めざせ！県内ワーストからの脱出！

4月から令和6年度の健診が始まります。

その前に昨年度の大蔵村全体の健康スコアリング（健診結果の成績表）を確認してみましょう。

特定健診・特定保健指導の実施状況	
	特定健診受診率は61.3%で県内35市町村中2位と高い状態を維持しています。 また、特定保健指導実施率は28.6%で県平均17.8%よりも高い値となっています。
健康状態【生活習慣病リスク保有者の割合】	
	健康状態の順位は県内35市町村中35位。 肥満リスク35位、血糖リスク34位、血圧リスク35位、肝機能リスク34位とワースト3に入る項目が4つあります。 また、複数のリスクを抱えている方が多く、血糖・血圧・脂質すべてのリスクを持っている方が8.3%おり、県平均の6.2%を大きく超えている状況です。
生活習慣【適正な生活習慣を有する者の割合】	
	生活習慣の順位は26位と半分より下となっています。 特に運動習慣がある方の割合が県内32位、13.2%と低いのが特徴です。

これまで、「健診受診率が高い」というプラスの面ばかりクローズアップされてきましたが、実は健診結果が県内でもっとも悪いというマイナスの面も持っている大蔵村。

健康に直結する「健診結果が県内でもっとも悪いというマイナスの面」ですが、令和6年度の健診はこれからですのでまだ間に合います。

令和5年度の結果、1項目でも「要指導」、「要精査」があった方は生活を見直してみませんか？たとえ少しの変化でも積み上げていけば大きな変化になります。

健康福祉課でも、生活習慣病リスク保有者の割合のワースト脱出を目標に、様々な健康教室の開催や広報おくらに健康に関するコーナーを掲載する予定です。

めざせ！県内ワーストからの脱出！

妊婦育児相談が変わります！

これまで奇数月を助産師さんの回として行ってきましたが、令和6年度から偶数月に栄養士さんへの相談ができるようになりました。名称も通年通して「ぷらっとサロン」として開催いたします。

ぜひ、気軽にご参加ください。



4月の事業案内



事業名	日	時間	場所	対象
ぶらっとサロン (栄養士さんの回)	12 (金)	10:00~11:30	子育て支援 センター	妊婦の方、育児中の方 どなたでもどうぞ
人間ドック	16 (火)	健診案内を ご確認ください	最上検診センター	肘折・金山・鍵金野の予約者 (男性・女性)
ヘルシーティース 事業	18 (木)	8:45~9:15 (受付時間)	中央公民館	1~4月生の 1歳から4歳になるまでの児
人間ドック	24 (水)	健診案内を ご確認ください	最上検診センター	合海・肘折・金山・鍵金野の 予約者(男性・女性)
定期健康相談	26 (金)	9:00~9:30	中央公民館 1階和室	どなたでもどうぞ

～ 健診を受ける方へ ～

- ① 令和6年度から健診会場は男女ともに最上検診センターです
- ② 最上検診センターは移転しました

新しい検診センターはふるさと歴史センター向かい(新庄市大手町2番22号)です。
車で直接向かう方はお間違えの無いようお願いいたします。

令和6年予防接種対象者の方へ

対象の方に個人通知を行いますので、接種期間を各自ご確認ください。お受けいただきますようご案内いたします。

※高齢者肺炎球菌は令和6年度から対象者が「65歳に達する方」に変更になりました。

第41回健康のつどいを開催しました



3月3日(日)に第41回健康のつどいを開催いたしました。

季節外れの大雪で足元の悪い中、当日は約250人の方にお越しいただき、盛況に終えることができました。

「小よく大を制す～悩まずにイイカゲンで～」と題した舞の海秀平さんの講演では、「人間は常に死と隣り合わせ。たった一度しかない人生、自分のやりたいことを。」「言葉が大事。物は言い様。言葉の選び方で良い印象も悪い印象も持つ。」「いくら健康に気をつけていても悩む人、まじめな人は体を壊す。頑張ろうと思わなくていい、適当でいい」といった、お話を楽しく聞かせていただき、終始、会場は笑いに包まれていました。

また、元力士の舞の海さんならではの、大相撲という私たちがなかなか知ることができない世界の話についてお聞かせいただきました。

アンケートより

- *久しぶりにたくさん笑えました。心の底から笑えました。相撲が身近に感じられました。
- *始まる前から楽しみでウキウキしています。ストレス発散しました。
- *楽しい時間をありがとうございました。

この他にもたくさんの感想・ご意見をいただきました。これからの健康のつどいに活かしていきたいと思えます。

来年も健康のつどいを開催する予定です。皆様のご参加をお待ちしています。

