

保健情報



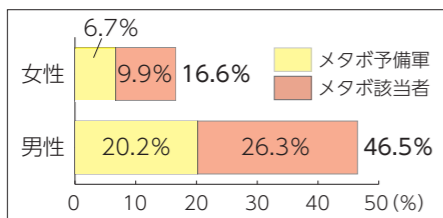
健康増進課(中央保健センター) ☎2114

年1回は特定健診を受診し健康管理を! 《平成28年度特定健診受診者結果(集団)》

メタボ予備軍・メタボ該当者率

市の特定健診受診者のうち、約3割がメタボ予備軍・メタボ該当者でした。男女別では、男性

46.5%・女性16.6%で、男性は女性の2.8倍となっています。



その他の割合

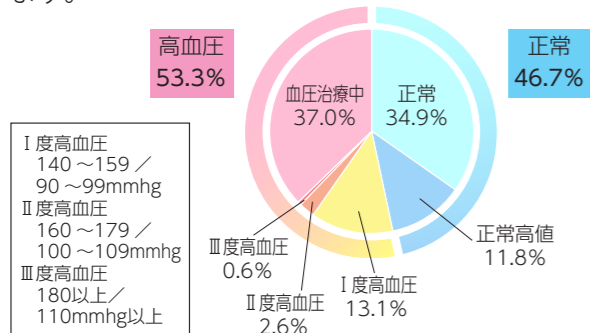
肥満 (BMI25以上)	26.9%
血糖高値	42.8%
血圧高値	52.6%
悪玉コレステロール高値	59.7%

市の死亡原因の割合は、がん24%・心疾患19%・脳血管疾患16%で、生活習慣病による死亡原因が約6割を占めています(平成26年福島県保健統計の概況より)。

なかでも、心疾患・脳血管疾患は、血圧を適正にコントロールすることで、重症化を予防することができます。

血圧の内訳

受診者の約半数が高血圧でした。血圧のコントロールや高血圧の予防には、生活習慣の改善が重要です。市では、減塩や減量、禁煙を支援しています。



I度高血圧	140~159 / 90~99mmHg
II度高血圧	160~179 / 100~109mmHg
III度高血圧	180以上 / 110mmHg以上

いきいき健康チャレンジ事業参加者募集 ~生活習慣病の発症や重症化予防に取り組み、健康寿命を延ばしましょう~

◎白河いきいき健康マイレージにチャレンジ!

特定健診・がん検診などを受診して、日々の健康づくりに取り組みましょう。

健康づくりや社会活動の取り組みにはポイントが付与され、たまったポイントは、施設利用券や図書カードと交換できます。

◎減塩にチャレンジ!《へる塩プロジェクト》

◇高血圧症の発症と重症化予防
健診結果説明会・へる塩チャレンジ塾の開催・尿中塩分測定

◇母と子の生活習慣病予防
3歳児健診での母子の尿中塩分測定

◇塩分3g以下メニューを提供する「へる塩健康応援店」募集

◇へる塩講演会

- 日にち 11月19日(日)
- 会場 りぶらん



◎ダイエットにチャレンジ! 《スリムアッププロジェクト》

◇3か月で3kgのダイエットにチャレンジ!
成功者には健康グッズをプレゼントします。

- 申込期間 11月30日(木)まで
- 実施期間 平成30年3月9日(金)までの3か月間
- 対象 18歳以上でBMI24以上の市民(高校生は除く)



◇スリムアップ講演会

- 日にち 平成30年2月7日(水)
- 会場 りぶらん

◎禁煙にチャレンジ!《禁煙応援プロジェクト》

◇3か月間の禁煙にチャレンジ!
◇全面禁煙・空間分煙施設の募集(市内の公共施設・集会施設・商業施設など)

※各募集の詳細は、市ホームページや配布チラシをご覧ください。健康増進課にお問い合わせください。

8月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	開始時間	会場
9日(水)	9:45~	東保健センター
	13:30~	アナビススポーツプラザ
25日(金)	9:45~	表郷保健センター
30日(水)	9:45~	大信保健センター

【健康マイレージ対象】 300ポイント

子育て情報



ひとり親家庭医療費更新申請書および 児童扶養手当現況届

ひとり親家庭医療費および児童扶養手当を受給している方は、毎年1回、「更新申請書」および「現況届」の提出が必要です。提出がない場合は、引き続き医療費の助成や手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

対象の方には、後日申請書などを送付します。

●受付期間

▷ひとり親家庭医療費
7月18日(火)~31日(月) ※平日のみ
※児童扶養手当受給者は、下記の児童扶養手当現況届の際に、併せて提出することも可能です。

▷児童扶養手当
8月1日(火)~31日(水)
※平日のみ

●受付時間

午前8時30分~午後5時15分

●受付場所

本庁舎子ども支援課・各庁舎地域振興課
※行政センターでは受付できません。

☎本庁舎子ども支援課 内2734 / 各庁舎地域振興課 表郷☎2114 大信☎2114 東☎2113

出張ハローワーク!

ひとり親全力サポートキャンペーン

ひとり親の方に対し、ハローワーク白河の担当者が出張相談を行います。

普段は忙しくて、就職活動に専念できなかったお母さん・お父さん、児童扶養手当現況届提出の際に、お気軽にご相談ください。

●日時 8月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月) / 午後1時~3時30分

●場所 本庁舎1階ロビー

☎ハローワーク白河☎21256



■新生児聴覚検査

生まれつき耳の聞こえに障がいのある子は、1,000人に1~2人とされています。耳の聞こえに問題があることに気付かずにいた場合、言葉の発達に大きく影響してしまいます。

新生児聴覚検査は、聴覚障害を早期に発見し、できるだけ早い段階で適切な療育を受けられるようにするため、新生児を対象に行う「耳のきこえ」の簡単な検査です。

《いつ、どこで受けるの?》

出生後退院までの間に、出生した産科医療機関で受けられます。県内では、分べんを取り扱う医療機関の多くで、新生児聴覚検査を実施しています。



《どんな検査なの?》

検査は、自動聴性脳幹反応検査(自動ABR)または耳音響放射検査(OAE)という方法で、赤ちゃんの睡眠中に行います。検査は数分間で終わり、薬は使わず、痛みもありません。

《費用はかかるの?》

平成29年4月の検査分から、お子さんの住民票のある市町村が助成することになりました。

市では、妊産婦一般健康診査受診票と併せて、新生児聴覚検査受検票を配布します。この受検票を医療機関へ提出することにより、費用の一部が助成されます。

里帰り出産など、県外の医療機関で検査を受けた場合は、一旦費用全額を自己負担しますが、後日申請により、検査費用の一部が助成されます。

《検査結果はいつわかるの?》

原則として、退院までにわかります。検査結果は「パス」または「要再検」のいずれかで判定されます。再検査が必要な場合は、医療機関から保護者へお知らせします。



☎本庁舎子ども支援課 内2717