

循環器検査をきっかけに生活改善

3〜4つ持つ人（メタボリックシンドローム）では心臓病発症の危険度が急激に上がり、約36倍になります。（図1）

メタボリックシンドロームとは

日本人の三大死因は、がん・心臓病・脳卒中です。このうち、心臓病と脳卒中は動脈硬化が要因となる病気ですが、最近動脈硬化の危険因子として「メタボリックシンドローム」が注目されるようになりました。メタボリックシンドロームとは、おなかの内臓の周りに脂肪が付く「内臓脂肪型肥満」の人が、高脂血症や高血圧、高血糖のいずれか二つ以上を併せ持つ

腹部測定が検査項目に追加

本年度から町で実施する循環器検診では、メタボリックシンドロームの診断基準となる腹部の測定が検査項目に追加されました。循環器検診の結果により、メタボリックシンドロームの方やその予備軍の方（脂質、血圧、血糖検査等）で要指導となった方へは生活改善に向けた支援をしていきます。

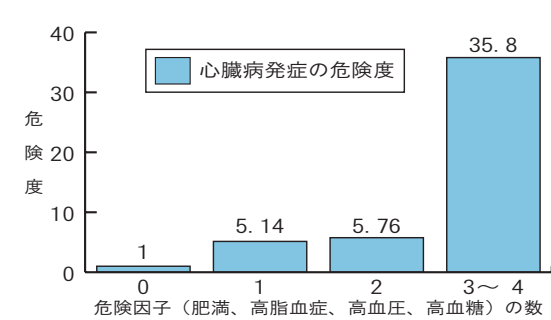
定期的に検診を受けましょう

自分の健康状態を把握するには、まず検診を受けることです。8月下旬から、循環器検診・肝炎ウイルス検診・前立腺がん検診・骨粗しょう症予防検診・ヤングレディーズ健診を実施しますので、健康管理のためにぜひ検診を受けましょう。検診後には、検査結果の数値の経年変化を見ることも大切です。また要精密検査になった場合には、必ず精密検査を受けましょう。検診日程については、広報行事欄をご覧ください。

表1 メタボリックシンドロームの診断基準
腹囲を基準とし、腹囲に加え、～のうち2つ以上に該当すると、メタボリックシンドロームと診断されます。

腹囲	▷男性...85cm以上 ▷女性...90cm以上
血中脂質	▷中性脂肪150mg/dl以上 ▷HDL コレステロール値40mg/dl未滿 両方またはいずれか
血圧	▷最高血圧130mmHg以上 ▷最低血圧85mmHg以上 両方またはいずれか
血糖	▷空腹時血糖110mg/dl以上

図1 危険因子の数と心臓病発症



地上デジタル放送が 8月20日から開始します

地上デジタル放送の一関テレビ中継局（東稲山）が8月20日（月）に本放送を開始します。すでにデジタルテレビをお持ちの方は、チャンネル設定などを行うことでご覧になることができます。受信可能な地域や受信方法など詳細については右記窓口へお問い合わせください。

問い合わせ先

総務省地上デジタルテレビジョン放送
受信相談センター ☎0570-07-0101
【受付時間】9：00～21：00
（土・日・祝日は18：00まで）

日本赤十字社義援金を募集します

日本赤十字社では、次の災害についての義援金を受け付けています。義援金は、直接郵便振替で送金してください。なお受付期間中は、振替手数料が無料となります。

◎熊本県大雨災害

募集期間…平成19年8月10日（金）まで
郵便振替…【口座番号】01900-0-99

【口座名義】日本赤十字社熊本県支部
「熊本県大雨災害義援金」と明記してください。

◎新潟県中越沖地震

募集期間…平成20年1月16日（水）まで
郵便振替…【口座番号】00510-5-26

【口座名義】日本赤十字社新潟県支部
「新潟県中越沖地震」と明記してください。

これらの義援金は、所得税法、法人税法、地方税法上に規定する寄付金に該当します。

問い合わせ先…町民福祉課 ☎46-5562

寄稿 ふるさと平泉会から

達増知事が「第33回岩手県人の集い」で平泉の文化遺産登録推進を強調！



達増知事（後列左から3人目）と瀨川爾朗岩手県人連合会長（前列）を囲むふるさと平泉会役員

去る6月10日（日）、東京・新宿の京王プラザホテルで、「第33回岩手県人の集い」が開催されました。特に、懇親会に先立って開催された総会の中で、来賓として出席された達増拓也岩手県知事は、あいさつに立ち、当面の岩手県の施政課題の一つとして、平泉の文化遺産の世界文化遺産登録を挙げ、この推進活動に全力を傾注したいとあいさつ。場内から大きな拍手が贈られました。

「岩手県人の集い」は、関東に住む岩手県出身者の各市町村別や高校同窓会別などに組織された同郷人会の連合体となつてい

ふるさと平泉会副会長
鈴木 喜佐人

ペットは責任を持って正しく飼いましょう

犬や猫などペットを飼うときは、その本能や習性、生理をよく理解するとともに、ルールを守り、迷惑や危害を周りに及ぼさないように責任を持って飼いましょう。

またペットの飼い主は、ペットのふん・尿の放置をやめましょう。ふんは必ず持ち帰りましょう。
▷犬を取得したら、飼い主は、犬の登録手続きをしなければなりません。（登録料...1頭につき3000円）
▷犬の飼い主は、飼い犬の死亡、犬の所在地や所有者が変わった場合は、市町村への届け出が必要です。（犬の鑑札、狂犬病予防注射済票などが必要）

- ▷飼い犬の狂犬病予防注射は年1回、法律で義務付けられています。
- ▷ペットの動物由来感染症や繁殖制限などについては、かかりつけの動物病院にご相談ください。



◎問い合わせ先…保健センター ☎46-5571