

第2回

# 国東市民の健康実態は？ どうなっているの？

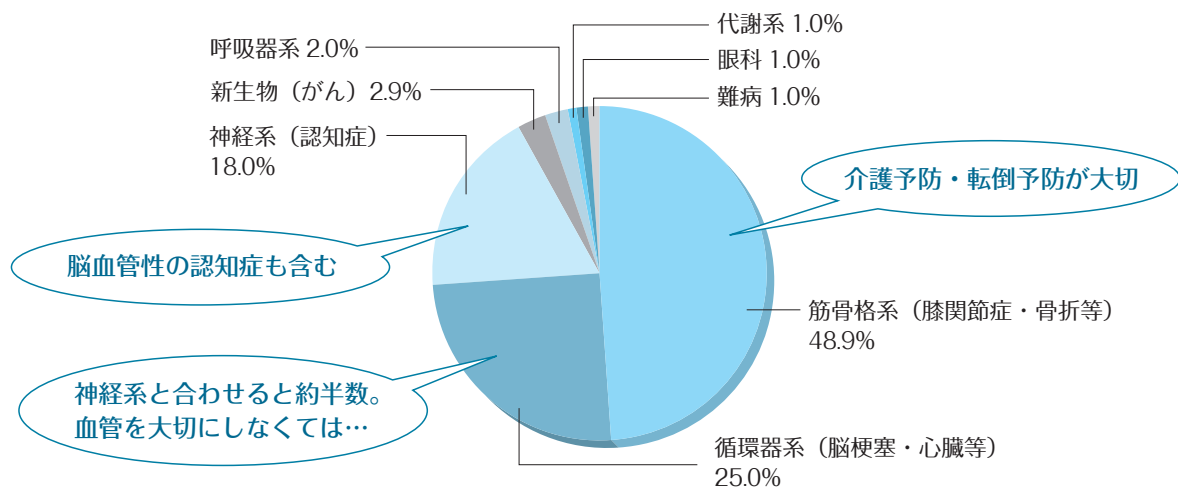
先月号でお知らせしていたとおり、今月は介護認定を受けている方の状況についてお知らせします。

下記の表は平成18年10月～11月時点に国

東市で介護認定を受けている65歳以上の1号被保険者の方2,573名が、介護保険制度を利用するようになった原因となる疾病の内訳です。

## 病気やけがで介護が必要になった人は、どのような原因が主なのでしょうか？

国東市介護認定者疾病割合（平成18年10月～11月）



- 約半数が骨折や膝関節症などの筋骨格系、続いて脳梗塞や脳血管疾患などの循環器疾患が主な原因となっています。
- 認知症などの神経系についても、脳血管性の認知症もあり、血管病である循環器疾患が主な原因となっていることがわかります。

●介護予防においては、転倒防止対策、循環器疾患である生活習慣病の対策が重要です。

●転倒予防対策と生活習慣病対策がうまくいくと健康寿命が延びると予想されます。

予告 第3回は国東市の早世（65歳未満の死亡）の状況についてお知らせします。

## 9月は健康増進普及月間です

生活習慣病は、日常の生活と深く関連しており、いつまでも自分が自分らしく生活していくためには予防していくことが大切です。そのためには、定期的に運動をしたり、食生活に気をつけたりといった健康的な生活習慣の確立が重要です。

そこで、皆さんに「健康的な生活習慣の推進」を意識していただくために、9月を健康増進普及月間としてお知らせしています。

今年の標語は「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～良い生活習慣は、気持ちがいい！～」です。

地域で行われた健診で前立腺がん検査（PSA検査）を受けた方へお知らせした基準値が本来より低く設定され、正常範囲の方にも精密検査紹介状を送付しご迷惑とご心配をおかけしておりました。ここでお知らせし、お詫びさせていただきます。

なお詳しい内容につきましては、「市民病院だより」に近々掲載する予定ですので、申し添えます。