

11月14日は、 『世界糖尿病デー』



～自分のため、家族のために、もっと糖尿病を知ろう～

糖尿病は自覚症状がなく進行する病気。放置すると手遅れに。

①糖尿病が引き起こす『合併症』

●糖尿病性神経障害

手足の末端などの神経に障がいが起こり、痛みやしびれが現れます。悪化すると、まひや壊疽が起こりやすく、切断しなければならない場合もあります。

●糖尿病性網膜症

網膜の血管の障がいが原因で、視力低下などが起こります。治療せずに放置すると、視力を失うこともあります。

●糖尿病性腎症

腎臓は老廃物をろ過し、尿を作る働きをしています。その働きが低下し、体外に老廃物を出すことができなくなります。

●動脈硬化による心筋梗塞、脳卒中など

動脈硬化は、糖尿病とそのほかの病気とが重なり合って起こり、糖尿病が軽い段階からでも進行すると言われています。特に食後の高血糖が動脈硬化を進行させます。動脈硬化が進行すると、心臓・脳などに重度の障がいが起こります。

手遅れになる前に、健診を受けて早期発見！

②血液検査の結果をよく見てみましょう

次の数値が高めではありませんか？

注目する数値	HbA1c
読み方	ヘモグロビンエイワンシー
生活習慣の改善が必要な値	5.6～6.4%
糖尿病が強く疑われる値	6.5%以上



→ ※受診をお勧めします。医師などの指導を受けながら生活習慣改善に努めましょう。

→ ※速やかに受診し、精密検査を受けてください。

体調の変化を感じたら放置しない！

③こんな症状はありませんか？

血糖値が高い状態が続くと、次のような症状が起こります。

・尿の量が多くなる ・のどが渇く ・体重が減る ・疲れやすくなる

自覚症状が出るころには、かなり進行している場合があります。すぐに受診しましょう。

女性がん検診（休日検診）の申し込みを受け付けています

まだ子宮がん・乳がん検診を受けていない方へお知らせです！

今回受診してもらうと、骨粗しょう症予防検診と一緒に受けることができ、とてもお得です。「仕事などの都合で検診を受けられなかった」「検診を受け忘れていた」、そんな方は、この機会にぜひお出かけください。ただし、乳がん検診については、定員30人程度としますので、お早目にお申し込みください。

◆申込先 健康福祉センター

◆検診日 11月8日（日）

◆受付時間 午後1時30分～午後2時30分

◆申込期限 11月6日（金）午後5時まで（当日受付も可）

※検診の料金など詳しくは、5月に郵送したご案内をご覧ください。

（骨粗しょう症予防検診は、自己負担200円で受けることができます）

【問合せ】 健康福祉センター（役場健康福祉課内） 電話 72-1852

インフルエンザ予防接種、 始めました。

期間：平成 27 年 10 月 19 日（月）

～平成 28 年 1 月 29 日（金）まで

《受付方法》

- ◆主治医のある方は、主治医の診察日にお越しください。
- ◆自動再来受付機で、**予防接種**を受付し、外来受付でお待ちください。
- ◆町から助成対象者に配布される「**受診券**」または「**助成券**」を必ずご持参ください。
（持参されていない場合、接種費用が全額自己負担となります）
- ◆町から予診票が届いている方は、あらかじめ問診票をご記入ください
（本人の署名が必要となります）

【問合せ】日野病院（電話 72-0351）

日 野 病 院

●一般（主治医のない方）：予約の必要はありません

◇月曜日～金曜日＝午前 7 時 30 分～午前 11 時 30 分、午後 2 時～午後 4 時

●一般（主治医のある方）：予約の必要はありません

◇主治医の診察予約日＝午前 7 時 30 分～午前 11 時 30 分

◇主治医の診察予約日以外の日＝午前 8 時 30 分～午前 10 時 30 分

●小児科（中学生以下の方）：必ず予約が必要です

◇月曜日～金曜日＝午後 2 時～午後 4 時 30 分

※小児科は予約制です。あらかじめお問い合わせください。

黒 坂 診 療 所

●一般：必ず予約が必要です（1 日 10 人まで）

◇毎週 火・木曜日＝午後 2 時～午後 3 時（要予約）

三 部 診 療 所

●一般：必ず予約が必要です（1 日 4 人まで）

◇毎週 水曜日＝午後 2 時～午後 3 時（要予約）



町では、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します

【65 歳以上】インフルエンザ受診券を送ります

医療機関に受診券と予診票を持参し、接種してください。受診券は 10 月中旬に郵送する予定です。自己負担金：1,000 円、接種期間：10 月 19 日（月）～平成 28 年 1 月 31 日（日）

【1 歳以上 65 歳未満】インフルエンザ予防接種費用助成があります

対象者には助成券を送ります。助成券が使用できる医療機関は、日野病院組合、日南病院、江尾診療所のみです。詳しくは、助成券とともに配布する案内をご覧ください。

【問合せ】町健康福祉センター（電話 72-1852）