

特定健診とメタボリックシンドローム

◆メタボクイズ！◆

Q. ^{もんだい} おなか回りが大きい人は皆メタボリックシンドロームである…

A. ^{こたえ} × **メタボリックシンドロームとは…**

<p>腹囲 (男性 85cm 以上・女性 90cm 以上 もしくは BMI 値 25 以上) ※ BMI 値 = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)</p>	+	<p>血糖値、脂質値、血圧値 の異常が 2 つ以上</p>
---	---	-----------------------------------

で、**内臓脂肪の蓄積が疑われる**場合をいいます。

BMI 値…「Body Mass Index (ボディ・マス・インデックス)」の略。身長と体重から求める国際的な体格の判定方法をいいます。

メタボリックシンドロームが怖いのは、メタボリックシンドロームであるという状態をそのままにすることで、動脈硬化による生活習慣病（心筋梗塞、狭心症、脳梗塞など）を発症する危険が高くなるからです。メタボリックシンドロームから動脈硬化は決して一方通行ではありません。生活習慣を見直し改善すれば、悪化を防ぎ健康な体に戻っていきます。

生活習慣病のイメージ

健康な生活習慣

不健康な生活習慣



予防接種を受けましょう ～夏休みを利用しましょう～

下記の予防接種は、年間を通して医療機関で受けることができます。予防接種を受けさせたい人は、医療機関へお申し込みください。お子さんの体調のよい時に受けさせてください。

特に保育園や学校などの集団生活に入っている人でまだ接種が済んでいない人は、夏休みを利用して受けましょう。

- 対象年齢** 荒尾市に住民票のある人で別表1の対象年齢の人
- 接種回数** 別表1 ●**料金** 無料
- 接種場所** 別表2 予防接種委託医療機関一覧表
- 必要なもの** 母子健康手帳、予診票（持っていない人は、医療機関でお渡します）
- その他** 予防接種では、接種の意思を確認されますので、お子さんの健康状態がよくわかった保護者が付き添ってください。保護者以外の方が同伴する場合（親族に限る）、委任状が必要です。事前に保健センターまたは医療機関にとりにおいでください。なお、麻しん、風しんの3期・4期で保護者が同伴しない場合は、委任状ではなく予診票が異なりますので保健センターまでとりにおいでください。

●別表1

予防接種名	麻しん・風しん混合 (MR)	麻しん単独	風しん単独
対象年齢	1期: 生後12カ月～24カ月未満 2期: 5歳以上7歳未満で年長クラスの人 (平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ) 3期: 中学1年生 (平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれ) 4期: 高校3年生に相当する年齢の人 (平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれ)		
接種期間	1期…生後12カ月～24カ月まで 2期・3期・4期…平成22年4月1日～平成23年3月31日		
接種回数	1期・2期・3期・4期それぞれ1回ずつ		
備考	・麻しん、風しんの両方の病気にかかったことがある場合は対象になりません。 ・麻しん、風しんにかかったことがない場合や、どちらか一方にかかったことがある場合は、混合ワクチンと単独ワクチンを選択することができます。 ・この3期・4期は平成20年度から5年間の実施です。		

予防接種名	BCG	三種混合 (ジフテリア・破傷風・百日咳)	※日本脳炎
対象年齢	生後6カ月未満	1期初回: 生後3カ月～90カ月未満 1期追加: 生後3カ月～90カ月未満 (1期初回3回終了後6カ月以上の間隔をおく) 2期: 11歳以上13歳未満	1期初回: 生後6カ月～90カ月未満 1期追加: 生後6カ月～90カ月未満 (1期初回終了後おおむね1年おく) 2期: 9歳以上13歳未満
標準的な接種年齢	生後3カ月～6カ月未満	1期初回: 生後3カ月～12カ月 1期追加: 1期初回(3回)終了後から12カ月～18カ月 2期: 11歳	1期初回: 3歳 1期追加: 4歳 2期: 9歳 <small>※平成22年4月から1期初回の対象年齢(3歳)の人に対して接種をお勧めしています。2期に対して接種可能なワクチンは現在ありません。</small>
接種回数	1回	1期初回: 3回 (20～56日間隔) 1期追加: 1回 2期: 1回	1期初回: 2回 (6～28日間隔) 1期追加: 1回 2期: 1回

●別表2 予防接種委託医療機関一覧表

医療機関名	BCG	三種混合 (ジフテリア・破傷風・百日咳)	MR・麻しん、風しん				二種混合 (ジフテリア・破傷風)	日本脳炎	電話番号
			1期	2期	3期	4期			
足達内科医院	○	○	○	○	○	○	○	☎ 62-0278	
あだち内科・胃腸科クリニック	○	○	○	○	○	○	○	☎ 65-8500	
荒尾クリニック	○	○	○	○	○	○	○	☎ 63-1166	
荒尾市民病院	○	○	○	○	○	○	○	☎ 63-1115	
牛島内科医院	○	○	○	○	○	○	○	☎ 64-2361	
こどもクリニック友枝	○	○	○	○	○	○	○	☎ 65-8181	
坂田小児科医院	○	○	○	○	○	○	○	☎ 62-0200	
さとう総合内科クリニック	○	○	○	○	○	○	○	☎ 62-1273	
田中良医院	○	○	○	○	○	○	○	☎ 66-0666	
田宮医院	○	○	○	○	○	○	○	☎ 62-0017	
ひらやま医院					○	○		☎ 62-0665	
藤枝医院		○	○	○	○	○		☎ 68-3232	
藤木医院		○	○	○	○	○	○	☎ 68-0818	
松山医院		○	○	○	○	○	○	☎ 62-0418	
本里内科	○		○	○	○	○	○	☎ 64-0556	
山田クリニック	○	○	○	○	○	○	○	☎ 62-7722	

※説明書および予防接種手帳をよく読んで、必要性や副反応についてよく理解しましょう。
※接種する前には予約が必要です。窓口か電話でお申し込みください。

【問】保健センター ☎ 63-1133