

12月3日水～9日火 は 障害者週間 です




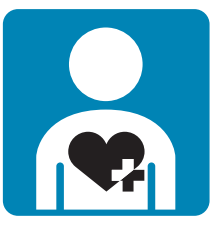
障がい者の自立と社会参加を実現していくためには、一人ひとりの理解と協力が大変重要です。

町では、12月3日(水)18時からJR大磯駅前で街頭啓発活動を行います。

障がいを理解し、誰もが安心して暮らせるまちを作りましょう。

問 福祉課 ☎(73)4530

まちで見かける障がい者に関するマークには、次のようなマークがあります

障がい者のための国際シンボルマーク	耳マーク	オストメイトマーク	ハート・プラスマーク
			
<p>障がい者が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。</p> <p>このマークは「すべての障がい者を対象」としたものであり、車椅子を利用する障がい者を限定し、使用されるものではありません。</p>	<p>聞こえが不自由なことを表す国内で使われているマークです。耳の不自由な方が、自分の耳が不自由であることを自己表現するために考えられました。掲示されている場合は、申し出があれば筆談等の必要な援助を行うという意思表示を示すのに用いられます。</p>	<p>オストメイト(人工肛門・人工膀胱を造設している方)が利用できる設備があることを示すマークで、トイレの入口や案内誘導プレートに表示されています。</p>	<p>内部障がい(心臓・呼吸機能・じん臓・膀胱・直腸・小腸・肝臓・免疫機能)があることを示しています。内部障がいは外見からわかりにくいいため、さまざまな誤解を受けることがあり、自発的にこのマークを表示することで、周囲の理解や配慮を得られることを目的としています。</p>

ご紹介しましたマークのほかにも障がい者に関するマークがあります。町ホームページに掲載していますので是非ご覧ください。

～皆様のご理解とご協力をお願いします～

このようなマークを見かけたり、着用されている方を見かけた場合には、ご理解とご協力をお願いします。

こんにちはは保健師です

201

健診(検診)結果は誰のもの？

もちろん、健診を受診したあなた自身のものですよね！

健診当日は、すこし緊張されたかもしれませんが、その後1、2か月たって結果が手元に届いたら…

①どの項目も正常範囲内だった

毎年、加齢もあり、家庭や仕事の環境、生活スタイルも変化しています。2年前、1年前と今回の結果を比べてみましょう。体重と腹囲は関係していることが多いです。体重が減ったから、高かった血圧が正常値に戻ったという方もいます。

また、ウォーキングなどを始めたたら、HDL(善玉コレステロール)が増えているかもしれません。遅い時間の飲食、毎食後のデザート、お酒やたばこをやめてみるなど、生活の変化は、健診結果に現れます。

②検査の数値の横にチェックあり？

「数年前からチェックは付いていたがそのままにしていた。」という方もいます。

基準値とは、多くの人の結果から、概ね病気の発症に至らないであろう数値です。そこから外れるとチェックが付きますが、あくまでも目安で、治療中の病気がある方や、他の項目との関連、経年の変化などを見て行くことが大切です。

③要医療、要精密検査について

指定のある項目は、病院を受診する必要がある、もしくはさらに詳しい検査をする必要があるという意味です。健診には、現在の健康状態の確認と必要な医療に導くという2つの目的があります。

せっかく受けた健診ですから、健診結果を持参して、医療機関を受診しましょう。また、精密検査を受けた結果、別の疾患を早期発見できた例もあります。

町では、「健診結果説明会」、また地域の会館で開催されている「おあしす24健康おおいぞ」等で、一人ひとりの健診結果について保健師・管理栄養士が説明しています。

問 スポーツ健康課 吉田

☎内線345