



三宅 周 医師  
(吉備医師会から)

特定健診の「メタボ健診」は、40歳～74歳の保険加入者を対象として、平成20年4月から全国の市町村で導入された新しい特定の健康診断のことです。

この健診は、日ごろの悪い習慣が元になって起こる生活習慣病の発症や重症化を予防するため、内臓脂肪蓄積症(メタボリックシンドローム)に着目して予防し、やがてはメタボリック

今月のテーマ  
特定健診  
特定健診を受けましょう

シンドロームから生じる病気を減らすことを目的としています。

検査内容は、普通に行われる検査(問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査【中性脂肪、コレステロール、GOT・GPT、γ-GT、血糖、HbA1c】など)のうえに腹囲が追加されており、男性が85センチ以上、女性が90センチ以上の場合、基本的にメタボリックシンドロームと判断され、ほかの検査結果はリスク(病気になる危険性の度合いのこと)の参考となります。

この健診では受けた人のデータがまとめて管理されているの

で、検査測定値によりリスクの高い人へは指導を行うように促されています。

メタボの診断基準に沿って多数のリスクが見つかった場合、医療関係者(医師、保健師、管理栄養士など)により指導が行われます。これから病気になりそうな人を見つけて早期に改善する「未病～転ばぬ先の杖のような役割～」が狙いです。

少子高齢化の日本では、メタボリックシンドロームなどによる早死を避けるのが肝要となります。皆さんも特定健診を受けてください。お待ちしております。

問い合わせ 健康医療課健康増進係 (☎92-8259)

安全・安心  
のすすめ  
総社署から

平成27年中に岡山県内で小学生が関係した交通事故は181件で、270人がけがをしており、11月には倉敷市内で横断中の小学生が死亡する事故も発生しています。

春は新入学の季節で、慣れない通学路で子どもが交通事故の被害に遭う危険性の高い時期でもあります。

《保護者など周囲の人へ》

子どもは身近な大人の行動を

新入学児童などの交通事故防止

見て、それをまねすることで、いろいろなことを学んでいきます。交通ルールも同じです。子どもの安全のためにも、まず大人が交通ルールを正しく理解し、安全な行動を実践して手本を示しましょう。

また、新学期前には、子どもといっしょに通学路を歩き、子どもの目線で交通安全点検を行って危険箇所を把握しましょう。

●何が、なぜ危険なのか  
●どのようにすれば安全なのか  
子どもに分かりやすく教えてあげてください。

《ドライバー・自転車利用者の人へ》

子どもには、目線が大人よりも低く視野が狭い、遊びなど一つのことに集中すると、ほかのことが目に入らなくなる、ちょっとした障害物にでも隠れてしまうといった特性があります。

住宅街や学校、公園などの周辺では、子どもの急な飛び出しを常に予想して、スピードを控え、思いやりのある運転を心掛けましょう。

4月6日(木)から15日(金)までの間は、春の交通安全県民運動が実施されます。保護者や学校関係者をはじめ、地域社会全体で新入学児童を交通事故から守りましょう。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎94-0110)

●狂犬病の予防注射と犬の登録の日程

地区	会場	月日(曜)	時間
総社	泉集会所(泉南)	4月8日(金)	9:00～9:30
	泉・北公園(泉団地内ぞうさん公園)	〃	9:40～10:00
	中央公民館浅尾分館	4月11日(月)	9:30～9:50
	中央公民館総社分館	〃	10:00～10:20
	清水公会堂	4月12日(火)	11:30～11:50
	井尻野東村公会堂	4月15日(金)	10:50～11:10
常盤	井山選果場	〃	11:20～11:40
	刑部公会堂	4月19日(火)	11:20～11:40
	中央公民館常盤分館	4月14日(木)	10:20～10:40
	真壁公会堂	〃	10:50～11:20
	常盤集会所	〃	11:30～11:50
	三須	江崎公会堂	4月12日(火)
上林会館		〃	10:00～10:20
三須公会堂		〃	10:30～10:50
桃山団地集会所		〃	11:00～11:20
赤浜公会堂		4月19日(火)	9:00～9:20
服部		服部コミュニティハウス	4月15日(金)
	長良西谷公会堂	〃	10:10～10:30
阿曾	東阿曾公会堂	4月19日(火)	9:40～10:00
	東公民館阿曾分館	〃	10:10～10:40
	黒尾公会堂	〃	10:50～11:10
池田	横谷コミュニティ広場	4月13日(水)	9:30～9:40
	北出張所	〃	9:50～10:10
	穴栗公会堂	〃	10:20～10:40
素	素浄化センター	4月8日(金)	10:20～10:40
	大谷公会堂(福谷)	4月13日(水)	10:50～11:20
	西公民館素分館	〃	11:30～11:50
神在	西公民館神在分館	4月14日(木)	9:00～9:30
	下原公会堂	〃	9:40～10:00
久代	あおいハイツ集会所	4月8日(金)	10:50～11:30
	西公民館久代分館(西小の北西側)	4月18日(月)	11:10～11:40
	長砂公会堂(久代)	〃	13:30～13:50
	古母池集荷場	〃	14:00～14:20
山田	西公民館山田分館	〃	10:30～11:00
	新本	〃	9:00～9:40
昭和	丸尾東公会堂(新本)	〃	9:50～10:20
	昭和公民館富山分館	4月20日(水)	9:30～9:50
	種井公会堂	〃	10:00～10:20
	中尾公会堂	〃	10:30～10:50
山手	昭和出張所	〃	11:00～11:30
	昭和公民館水内分館	4月21日(木)	9:30～10:00
	下倉生活改善センター	〃	10:20～10:40
	日羽集会所	〃	10:50～11:10
	西坂台団地第4公園	4月7日(木)	9:00～9:20
	山手公民館宿分館(東風館)	〃	9:30～10:00
	宿選果場	〃	10:10～10:30
清音	山手出張所	〃	10:40～11:10
	山手公民館岡谷分館	〃	11:20～11:50
	山手公民館西部分館(公正館)	〃	13:30～14:00
	黒田サービスセンター	4月22日(金)	9:30～9:40
	古地公会堂	〃	9:50～10:10
	馬渡生活センター	〃	10:20～10:40
	上中島公会堂	〃	10:50～11:30
全地区	柿木生活センター	〃	13:30～13:50
	柿木ゆうゆう広場(ひだまりの家)	〃	14:00～14:30
	北山公会堂	〃	14:40～15:00
	峠公会堂	〃	15:10～15:30
	総社市役所(保健センター前)	4月6日(木)	10:00～11:00
	〃	〃	13:30～14:30
〃	〃	4月11日(月) 10:30～11:30	
〃	〃	4月23日(土) 13:30～14:30	
〃	〃	4月24日(日) 10:00～11:30	



狂犬病の  
予防注射

1年に1度の予防注射お忘れなく

■狂犬病の予防注射  
生後91日以上を経過した犬に毎年1回、狂犬病予防注射を受けさせることが法律で定められています。

日時・場所 左の表のとおり

対象 登録済の犬

料金 2800円(注射代2500円・予防注射済票交)

付手数料550円

●犬の登録  
生後91日以上犬の飼い主は、犬を飼いはじめから30日以内に登録をし、犬鑑札の交付を受けなければいけません。

登録場所 狂犬病予防注射会場、環境課、清音出張所、

山手出張所、西動物病院、エグチ動物病院、日出美動物病院、だて動物病院

登録手数料 3000円

その他 死亡や譲渡などで、登録していた犬を現在飼っていない場合は、連絡してください

問い合わせ 環境課環境係 (☎83339)

犬や猫を飼っている皆さんにお願いします!

散歩のときはスコップやビニール袋を持ち、フンは飼い主の責任で必ず持ち帰って処分してください。道路や公園、他人の土地などが汚れて困っている人が大勢います。周囲のことを考えて飼い主としてのモラルをもち、マナーを守ってください。