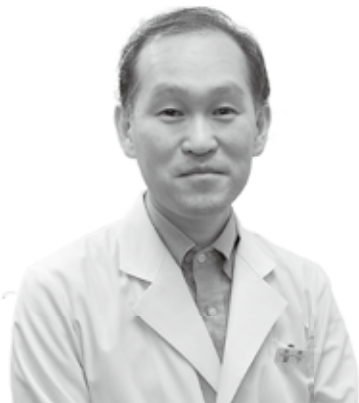




宮下 浩明 医師
(吉備医師会から)

私たちの体の中には、動脈と静脈という２種類の血管があります。体の各部に栄養などが流れていく道が動脈、各部から血液が中心へと戻っていく道が静脈です。脳血栓症や、心筋梗塞といった病気は、動脈の一部が硬く細くなることで、そこから先の脳、心臓に血液が行き渡らなくなることで起きます。年をとり、多くの人がこれらの動脈

今月のテーマ メタボリック症候群

特定健診でメタボを予防しましょう

硬化に関連した病気に悩まされています。

動脈硬化は、年齢を重ねるごとに、少しずつ進行します。例えるなら、血管の内側がさびつき、そのさびの上にさらにさびが幾重にも重なっていくようなものです。その間、何の症状もなく、少しずつさびの重なりが進むのが困った点です。

血圧、血糖、コレステロールの値が高くなることで、動脈硬化に関係していることが分かっています。また、肥満になることで、血圧、血糖、コレステロールの値が高くなることもよく

経験することです。メタボリック症候群という考えは、肥満に加えて、血圧、血糖、コレステロール値に異常がある人が、将来の脳梗塞、心筋梗塞などの病気になりやすいことに由来する考えです。

特定健診は、動脈硬化が進んでしまう前に、将来の病気の候補者（メタボリック症候群該当者）をみつけ、予防のための保健指導をすることで、動脈硬化性疾患を少しでも減らそうと行われるものです。まだ大丈夫と思っているうちから健診を受け、早めの体調管理をしましょう。

新入学児童の交通事故防止

いて話し合う機会をもつなどし、子どもの交通安全意識を高めましょう。

日常生活では、まず身近な大人たちが交通ルールを守り、交通安全の手本を見せることが大切です。

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。

そして、「何が危険なのか」、「どのようにすれば安全なのか」を、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・自転車利用者へ】
子どもには次のような特性が

ありますので気を付けましょう。

- 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、ほかの事が目に入らなくなる
 - 信号が青になると一目散に走りだす
 - 手を上げれば車は止まると思いい道路を渡りだす
 - 駐車車両などのちょっとした障害物でも隠れてしまう
- 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。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎94-0110)

安全・安心 のすすめ

平成26年中、岡山県内で小学生の関係する交通事故が234件発生し354人がけがをしました。

春は新入学の季節です。そして、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。

【保護者など周囲の人へ】
家庭で子どもと交通安全につ

1年に1度の予防注射お忘れなく！

◆狂犬病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10日(金)	9:00～9:30
	泉・北公園(泉団地ぞうさん公園)	〃	9:40～10:00
	中央公民館浅尾分館※	4月13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14日(火)	11:30～11:50
	井尻野東村公会堂	4月17日(金)	10:50～11:10
	井山選果場	〃	11:20～11:40
	刑部公会堂	4月21日(火)	10:50～11:20
	常盤 中央公民館常盤分館	4月16日(木)	10:20～10:40
	真壁公会堂	〃	10:50～11:20
三須	常盤集会所	〃	11:30～11:50
	江崎公会堂	4月14日(火)	9:30～9:50
服部	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21日(火)	11:40～12:00
阿曾	服部コミュニティハウス※	4月17日(金)	9:30～10:00
	長良西谷公会堂	〃	10:10～10:30
池田	東阿曾公会堂	4月21日(火)	9:00～9:30
	東公民館阿曾分館	〃	9:40～10:10
秦	黒尾公会堂	〃	10:20～10:40
	横谷コミュニティ広場	4月15日(水)	9:30～9:50
	北出張所	〃	10:00～10:20
	穴栗公会堂	〃	10:30～10:50
神在	秦浄化センター	4月10日(金)	10:20～10:40
	大谷公会堂(福谷)	4月15日(水)	11:00～11:20
	西公民館秦分館	〃	11:30～11:50
	西公民館神在分館	4月16日(木)	9:00～9:30
久代	下原公会堂	〃	9:40～10:00
	あおいハイツ集会所	4月10日(金)	10:50～11:30
	西公民館久代分館(総社西小の北西側)	4月20日(月)	11:10～11:40
	長砂公会堂(久代)	〃	13:30～13:50
山田	古母池集荷場	〃	14:00～14:20
	西公民館山田分館	〃	10:30～11:00
	新本 西出張所	〃	9:00～9:40
	丸尾東公会堂(新本)	〃	9:50～10:20
昭和	昭和公民館富山分館	4月22日(水)	9:30～9:50
	種井公会堂	〃	10:00～10:20
	中尾公会堂	〃	10:30～10:50
	昭和出張所	〃	11:00～11:30
山手	昭和公民館水内分館	4月23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
	山手公民館西郡分館(公正館)	4月9日(木)	9:00～9:30
清音	山手公民館岡谷分館	〃	9:40～10:10
	山手公民館宿分館(東風館)	〃	10:20～10:50
	西坂台団地第4公園	〃	11:00～11:20
	宿選果場	〃	11:30～11:50
全地区	山手出張所	〃	13:30～14:00
	黒田デイサービスセンター	4月24日(金)	9:30～9:50
	古地公会堂	〃	10:00～10:20
	馬渡生活センター	〃	10:30～10:50
※	上中島公会堂	〃	11:00～11:30
	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	〃	15:10～15:40
		4月8日(水)	10:00～11:00
		〃	13:30～14:30
		4月13日(月)	10:30～11:30
		4月25日(土)	13:30～14:30
		4月26日(日)	10:00～11:30

※太字は今年から変更になった会場です。ご注意ください。

狂犬病の

予防注射

◆**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。

◆**犬の登録**
生後91日以上の子犬の飼い主は、犬を飼い始めてから30日以内に登録をする必要があります。

◆**日時・場所** 左表のとおり

◆**料金** 2800円(注射代2250円、予防注射済票交付手数料550円)

◆**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 (☎8339)

飼い主のモラルとマナーを守ろう

散歩のときはスコップやビニール袋を持ち、ふん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、個人の敷地などを汚され、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。

レッドカード作戦展開中！

レッドカードをふんのそばに置き、飼い主に回収を促すレッドカード作戦を展開中です。

レッドカードは環境課で配布していますので、ご希望の方はご連絡ください。



レッドカード

問い合わせ 環境課環境係 (☎8339)