市民健診で健康管理を

体の中に病気が潜んでいるかも…

市では、がん、心臓病、脳卒中などの成人病を予防するため、今年も市内各地で「市民健診」を行います。

健康を守るには、日ごろからの予防が欠かせません。年に一回、健康をチェックする機会です。"自分だけは大丈夫"と安心することなく、進んで受診してください。

第一次検診 受診者全員が対象です

第一次検診は、受診者全員から受けていただきます。これによって、自覚症状がなくても病気を持っている人を選び出します。なお、第一次検診の項目は、次のとおりです。

□身体計測…身長、体重を測って肥満度を調べます。肥満度が一〇％以上になると、やや肥満になります。

肥満は、心臓病や高血圧、糖尿病などと関係が深く、成人病への近道といわれています。このほかにも子宮体がん、胆のうがん、すい臓がんなども肥満の人に多いのです。

□検尿…試験紙で糖尿病や腎臓病、肝臓病の疑いがないかを調べます。

□血圧測定…血圧を測り、自分の血圧が正常かどうかを調べます。

家族の中に高血圧の人がいる場合は、自分もその素因を持っていると考えられますので、血圧値を知っておくことが大切です。高血圧は、心臓や血管に負担をかけ、血液の循環を悪くします。そして、高血圧が続くと、心筋梗塞や脳出血、腎不全などを引き起こすことがあります。

□血液検査…赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値を測定して、貧血症かどうかを調べます。貧血症の人には、後日、食事指導を受けていただきます。このほかにもGOT、GPT、総コレステロール値を測定し、肝臓や血液中の脂質の量を調べます。

肝臓は、「沈黙の臓器」といわれ、なかなか症状が現われません。また、血液中の脂質濃度が高くなると、血管の壁が厚くなり、動脈硬化を招きます。血液も固まりやすくなり、血栓の誘因になります。

□胸部レントゲン間接撮影…肺や心臓などの状態を見ます。

肺結核は、肺に到達した菌が増殖して病巣を作る病気で、二十人に一人の割合で新しい病巣ができます。菌の強さや本人の健康状態によって発病します。男性は女性に比べると約二倍、糖尿病や肺線維症などの患者なども健康な人に比べると、発病の危険度が高くなります。

最近、結核に対する軽視が新規患者の増加につながっています。そして、胸部レントゲン間接撮影は、肺がん検診としても重要な検診です。

医師の判断で精密検査を

また、受診者の中で、一日平均二十本以上喫煙している人、一日平均二合以上飲酒している人、肥満度二〇％以上の人などは、医師の判断により、その場で精密検査を受けていただくことがあります。

なお、精密検査は、受診者の皆さんから一部自己負担（五百円）していただきます。当日、ご用意ください。

※精密検査は、心電図と眼底検査です。

異常のない人通知しません

今年の市民健診は、左上の表のとおりです。それぞれの地区の健診日程は、広報三月十五日号といっしょに配布した「各種予防接種・各種保健事業実施計画表」に掲載してあります。広報でも随時お知らせしていく予定です。日程を確かめ、必ず受診しましょう。

なお、受診されるときは、前もって配布された「市民基本健康診査実施のお知らせ」についている「問診票」と「受診票」に記入のうえ、会場の受付へ提出してください。

また、健診の結果については、異常が発見された人には、一カ月以内に連絡しますが、異常のない人には、通知しません。あらかじめご承知おきください。

市民健診日程表

月	日	曜	時間	会場	該当町名
5	17	火	9：30～11：30	老人福祉センター	秋葉2.3丁目、滝谷本町
			1：00～3：00		秋葉1丁目
	18	水	9：30～11：30	柄目木保育所	柄目木、飯柳
			1：00～3：00		
	19	木	9：30～11：30	荻川地区公民館	中野4丁目、結、福島、田島
			1：00～3：00		中野1.2.3丁目
	20	金	9：30～11：30	荻川地区公民館	車場1.2.3.4丁目
			1：00～3：00		荻島1.2.3丁目、こがね町
	23	月	9：30～11：30	勤労青少年ホーム	新金沢町、東町1.2.3丁目
	24	火	9：30～11：30	大安寺集落センター	上金沢、東金沢、中新田
			1：00～3：00		大安寺、六郷
	25	水	9：30～11：30	市之瀬小学校	市之瀬、三枚潟、三津屋長割、覚路津
	26	木	9：30～11：30	第三中学校	七日町
			1：00～3：00		満願寺、大蔵
	27	金	9：30～11：30	新関小学校	下新、金屋、市新、岡田新郷屋
			1：00～3：00		小口、大関
	30	月	9：30～11：30	北上共有会館	北上1.2.3丁目
			1：00～3：00		下興野町、川口北上新田、北潟
	31	火	9：30～11：30	草水公会堂	草水町1丁目、滝谷町
			1：00～3：00		草水町2.3丁目

お買物、ご用命は市内で

こどもの夢の積立「わんぱくメイト」誕生!!
保険期間は3～10年の自由設計です。
"ごめんなさい"+"補償"
あなたの安心を企画する
SIP System Insurance Products システム インシュアランス プロダクツ
(有) 樋口保険企画
新津市金沢町3～7～20　☎0250(22)6774

リオネット 補聴器相談コーナー！
毎週火曜日午前11時から正午まで
リオン(株)より専門係員が来店します。
— 福祉法指定店 —
メガネ・補聴器の 野本
新津市本町3丁目(時計店となり) ☎22-2556(代)

ポリオの予防です 生ワクチンを飲ませましょう

ポリオ（小児マヒ）は、生ワクチンを飲ませることによって病気の発生を防ぐことができます。該当する乳幼児がおられる人は、忘れずに飲ませてください。なお、会場に来るときは、必ず印鑑と母子手帳を持ってきてください。

□対象者

・一回目…昭和六十二年七月一日から六十三年一月三十一日までに生まれた乳児

・二回目…昭和六十二年二月一日から六十二年六月三十日までに生まれた乳幼児

※四歳未満で今までに一回も生ポリオワクチンを飲んだことのない幼児と、一回だけしか飲んでいない幼児も対象になります。

□次に該当するときは、生ワクチンを飲ませることができません。

・一年以内にけいれん、ひきつけを起こしたことのある乳幼児

・一か月以内にはしか、水ぼうそう、おたふくかぜなどにかかった乳幼児

・現在、下痢、発熱、その他医師が不適当と認めた乳幼児

□注意事項

生ワクチンを飲ませた直後にミルクを飲ませないでください。また、飲ませてから間もない時期に歯を抜いたり、その他外科的な手術をすることは、避けてください。

当日は、問診票を正確に記入し、お子さんの体の具合を説明できる人が連れてきてください。

生ワクチンを飲ませる日程表

月日	会場	対象町内名
5月11日	小合農協	小合地区全部落
	市民研修所	新町、日宝町、金沢町、滝谷町、滝谷本町、南町、古田天神、秋葉、中沢町、吉岡町緑町、草水町、東町、美幸町新関地区全部落
5月12日	金津農協	金津地区全部落
	結幼稚園	結小、市之瀬小学校区全部落
5月13日	市民研修所	本町、新金沢町、飯柳、柄目木、善道町、下興野町、北上北上新田、大安寺、中新田満願寺、七日町、大蔵、上金沢、東金沢、田家、山谷町新栄町

●時間は午後1時30分から午後2時40分までです。

赤十字血液センター 血液相談を開始 ご利用ください—

最近、血液からの感染症に対する不安から、血液検査の結果の通知を受けた献血者の問い合わせが増えています。

そこで、新潟県赤十字血液センターでは、次のように血液相談を行うことになりました。

□とき…毎月第四水曜日の午前十時～正午、午後一時～三時（第四水曜日が祝日のときは第四月曜日）

□ところ…新潟県赤十字血液センター「献血室」（新潟市関屋下川原町一丁目三－一二）（☎025－231－3125）

□相談項目…主としてHBs抗原、不規則抗体、梅毒、生化学的検査、血球計数検査

□相談担当者…血液センター医師

献血車の来市日程

献血車「ゆうあい号」が次の日程で来市します。付近の皆さんのご協力をお願いします。

□十一日（水）の午前九時三十分～十一時三十分…デイリースコープ（朝日）　午後一時～三時三十分…建設業協会新津支部（山谷南）

□十六日（月）の午前九時三十分～正午と午後一時～三時三十分…市役所（本町二）

国民年金保険料の免除手続きはお早めに

国民年金の第一号被保険者（保険料の納付が必要な人）が、保険料を未納のままにしておくと、将来、資格期間が足りなくなり、年金が受けられなくなることがあります。

しかし、次のような人は、本人の申請によって、保険料の納入が免除され、その期間は資格期間として計算されます（この期間の年金額は、保険料を納めた場合の三分の一）。

□申請によって保険料が免除されるとき

・市民税が賦課されていないとき

・失業して収入がないとき

・火災や風水害などで被害を受けたとき

・医療費などの出費で家計が苦しいとき（ただし、生命保険料などの掛金を一定額以上支払っている場合は、保険料は免除されません）

保険料納入の免除を受けるときは、早めに印鑑を持参のうえ、市役所市民課国民年金係（☎24－2111内線222、2222）で手続きをしてください。

青少年補導員が決まりました

このほど、昭和六十三年度の青少年補導員の皆さん五十名が決まりました。青少年補導員は、青少年の非行防止、健全育成のために活動をしています。この活動に当たられる青少年補導員の皆さんは、次のとおりです（敬称略）。

□一小校区…田中春一（田家三）、大塚洋子（吉岡町）、塩田明子（本町四）、森田末司（田家二）、須藤千鶴子（本町三）、須藤登美子（秋葉一）、岩橋千佐子（田家一）、小林イヨ子（田家二）、斎藤博（本町二）

□二小校区…山田昭三（新町一）、瀬田松清子（金沢町二）、鬼島基伸（柄目木）、鈴木勝（新町一）、荒木幸二（草水町一）

□満日地区…木津勇吉（満願寺）、杵鞭力雄（七日町）

□荻川地区…風間清（川口）、松本義男（中野二）、森林幸男（福島）、秋山孝志（市之瀬）、小野和子（車場二）、深井潤子（結）、岩渕寿一（市之瀬）

□小合地区…伊藤次郎（出戸）、広瀬俊夫（梅ノ木）、鈴木光平（大鹿）

□金津地区…児玉忠二郎（金津）、大塚勇夫（朝日）、帆苅信夫（東島）、高野文子（古津）、加藤信子（中村）

□阿賀地区…渡辺忠男（六郷）、須藤純子（新金沢町）

□新関地区…小島正智（大関）、長谷川良一（市新）、伊藤一栄（新郷屋）、土田和子（下新）、長谷川由紀子（市新）、渡辺仁（小口）

□三小校区…長谷川達夫（山谷町三）、伊藤富美（古田）、高橋文子（新栄町）、二野安栄（新栄町）、岩渕富士男（山谷町一）、米田ミチ（南町）、中村文夫（古田）

□学校関係…吉田達夫（新津高）、塚原茂機（二小）、宮崎伸（一中）、小林隆（五中）

お買物、ご用命は市内で

夏の醍醐味
サクッと甘い本格的なすいかです。
群馬産　三日月　紅小玉
群馬産　同　大玉すいか
ご贈答にどうぞ
フレッシュでおいしい果物の店 やまいち 新津市本町3 TEL 23-0397

たのしみの器
本町4 中野せともの店 TEL 22－1086