

●最大血圧値別の年齢調整循環器疾患死亡率 14年間の男女  
14万2564人の追跡  
(上島弘嗣 1980年循環器疾患基礎調査の追跡研究  
(NIPPON DATA)より)

長寿国といわれる日本ですが、日本では実に4300万人、30歳以上に限ると男性の60%、女性の45%が高血圧と判定されています。

高血圧は、痛みなどの自覚症状がないため、治療がおろそかにされがちです。しかし、高血圧を放置すると、命に関わる合併症を引き起こすことがあります。

高血圧は、循環器疾患(※1)の最も重要な危険因子です。血圧が高いほど、段階的に循環器疾患による死亡率が高いことが分かっています。(グラフ参照)

※1 循環器疾患とは…脳卒中・心疾患など、血管や心臓に関係する病気の総称。

## 「県民健康調査」けんしんコラム その1 高血圧

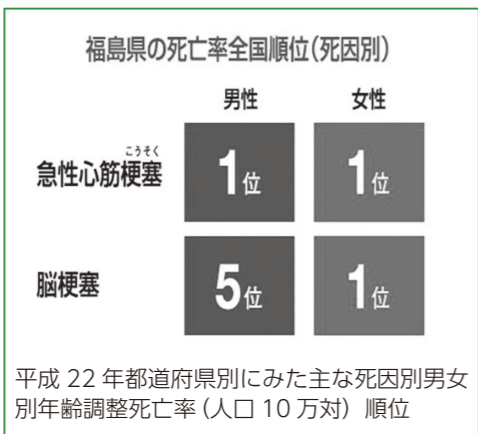
# 高血圧は福島の「県民病」!

福島県は、高血圧の二大合併症(※2)について、不名誉な記録を持っています。2010(平成22)年の調査では、心筋梗塞の死亡率が男女とも全国ワースト1位、脳梗塞の死亡率も女性はややワースト1位です。

国民病という言葉がありますが、高血圧は福島県の「県民病」ともいえるべき病気なのです。

※2 高血圧の二大合併症とは…高血圧が密接に関連し、その結果生ずる病気。心筋梗塞と脳梗塞。

## 心筋梗塞の死亡率が全国ワースト



血圧は、治療によって正常に保つと、高血圧がない人と変わらない日常生活を送ることが可能です。

まずは健康診断から。市町村による健診や、県民健康調査の健康診断などを受診して、自分の血圧を知ることから始めましょう。必要な場合には適切な診断と治療を受け、自分の血圧を管理することが重要です。

(福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター 健康増進室 室長 橋本重厚)

## 第二次田村市健康増進計画をホームページに掲載しました

市では、ことしの3月に「田村市健康増進計画(いきいき田村元気プラン)」の二次計画を策定し、5月より田村市ホームページに掲載しました。

この計画は、田村市総合計画の基本施策「生涯にわたる健康づくりの推進」に向け、市民一人一人がその人らしい心豊かで健やかな生活を送るための計画です。

第二次計画では、平成22年度から5カ年計画で各種施策を進めてきた一次計画の評価をもとに、平成31年度までの二次計画期間に優先的に取り組みが必要な喫緊の課題、子どもから高齢者まで一貫して取り組みが必要な課題を重点施策とし、各年代別にライフステージ計画を策定しました。

計画推進のための目標と施策として、市民、地域、行政のそれぞれの立場での取り組みを計画していますので、ぜひご覧ください。



## 7月の集団健康診査・がん検診

- 集団健康診査・がん検診は市内どの会場でも受診できます。
- 子宮頸がん・乳がんの集団検診は該当する会場を受診してください。やむを得ず別の会場を受診する場合は、事前にお住まいの地区の市民課(船引地区は保健課)にお申し込みください。

健康診査(受付…船引7:30~10:00 滝根7:45~9:30)

地区	日	対象	会場	
船引	1(水)	遠山沢・本郷・井堀上・大堀	船引南小学校(体育館)	
	滝根	2(木)	関場・中広土入新田1・入新田2	滝根体育館
		3(金)	糠塚・神俣町・梵天川和貢・大平	滝根体育館
	滝根	4(土)	上郷・中郷・作組広瀬町・下組	天地人大学
		6(月)	石神・原屋敷・入水	菅谷会館
	船引	7(火)	畑中・菅谷駅前・江川	菅谷会館
		14(火)	春山1区・2区	旧春山小学校(体育館)
15(水)		大倉・新館	瀨川出張所	
16(木)		門鹿・石沢	瀨川出張所	
17(金)		今泉	旧今泉小学校(体育館)	
18(土)		美山全地区	美山小学校(体育館)	
21(火)		上郷・下郷	七郷出張所	
30(木)		桐山・永谷	旧桐山小学校(体育館)	
31(金)		要田全地区	要田出張所	

乳がん集団検診(受付…[午前]9:00~10:00 [午後]13:00~14:00)

地区	日	対象	会場
大越	2(木)	60歳以上	おおごえふるさと館
	3(金)		
	17(金)	50歳~59歳	
都路	28(火)午前	50歳~59歳	都路保健センター
	28(火)午後	60歳以上	
常葉	3(金)	60歳以上	常葉保健センター
	13(月)	50歳~59歳	

### 子宮頸がん・乳がんの施設検診

- 施設検診は、がん検診受診希望調査による申込者へ個別に通知しました。
- 対象者  
子宮頸がん…20歳以上で昨年度未受診の方  
乳がん…40~59歳で昨年度未受診の方
- ※実施期限は11月30日(月)です。

### 子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券事業

- 対象年齢  
子宮頸がん…21歳  
乳がん…41歳
- ※無料クーポン券の有効期限は11月30日(月)です。
- ※対象者へは個別に郵送しました。
- ※転入された方は、以前お住まいの市町村が発行したクーポン券と当市のクーポン券を引き換えますので、保健課までお越しください。
- ※若い方の子宮頸がんが増えています。無料の検診機会をぜひご利用ください。
- ※例年、有効期限の終了間際は大変込み合い、ご予約が取りにくくなります。お早めにご利用ください。

## 受動喫煙による子どもへの影響

子どもの近くでタバコを吸うとこんな影響があります

子どもがタバコの煙を吸い込むことで、さまざまな病気にかかりやすくなります。タバコを吸わない環境と比べた子どもへの影響倍率は次のとおりです。

- ＜厚生省心身障害研究 1998 年より＞
- 赤ちゃんが突然死んでしまう病気(乳幼児突然死症候群)  
→ 両親とも喫煙する場合…4.7倍  
→ 親の一人が喫煙する場合…1.6倍
- 肺炎や気管支炎 → 1.5倍~2.5倍
- 気管支ぜんそく → 1.5倍
- 中耳炎 → 1.2倍~1.6倍
- ※その他、妊婦さんの周りでタバコを吸うことで、低体重児(2500g未満)が生まれやすくなるという影響もあります。

## タバコが原因の事故が多発しています

毎年、赤ちゃんの誤飲事故の原因の第1位にタバコがあげられています。また、歩きタバコによるやけども数多く報告されています。

ベビーカーに乗っている赤ちゃんの顔の高さはちょうど歩きタバコの手の位置で危険です。タバコを吸っていないければ…と後悔しないようにしましょう!!

### 子どもの健康を守るためには、身近なあなたの協力が必要です!!

- 家族の前では絶対に吸わない!
- 車内では吸わない!
- 外食は禁煙席を利用する!
- 禁煙する!
- 注:換気扇を回したり、空気清浄機を使用しても、タバコの有害物質は残ります。