

# ひとの動き (敬称略)

12月11日(火)～1月10日(木)

## birth お誕生おめでとう

住所	氏名	性別	保護者
有安	幡野 零奈	女	康徳
下横田	村田 心明	女	全弥
白旗	井芹 恵海	女	主君
豊内	岩崎 碧	男	雅和
芝原	今村 玲菜	女	祐一朗

## marriage ご結婚おめでとう

	住所	氏名
夫	熊本市	工藤 恵介
	上早川	本田 綾
妻	熊本市	松富健志郎
	上早川	溜淵世里菜
夫	熊本市	三隅 剛
	上揚	赤星 五月
妻	安平	志免 充紀
	熊本市	坂中 理恵
夫	仁田子	菊川 恭平
	仁田子	畑 香奈江

## condolence お悔やみ申し上げます

住所	氏名	年齢	世帯主
有安	緒方 芳子	84	一也
船津	野仲八千子	72	八千子
世持	志垣ノリ子	84	保博
中横田	赤星 綾子	96	綾子
吉田	高崎 隆生	69	クニ工
麻生原	伊佐 久男	90	公也
早川	溜淵 誠也	72	恭子
中横田	田上 司	89	司
西寒野	備後 次雄	104	次雄
大町	豊永 馥	71	節子
緑町	榮 義之	84	義之
麻生原	久米サチ子	82	幹博
仁田子	本田キミエ	93	キミエ
津志田	本田 典子	84	公忠
上早川	藤本 信人	74	一也

## Data 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,425	△1
女	6,062	△4
計	11,487	△5
世帯数	4,245	△2

平成24年12月31日現在

## 健康で充実した生活を送るため、医療費抑制のために ～生活習慣の改善を図ると医療費はこれだけ違う～

### ●生活習慣の見直しや改善を実践しましょう

近年、疾病全体に占める生活習慣病の割合が増加傾向にあります。生活習慣病は、一般的に「痛い」とか「辛い」といった自覚症状に乏しく、静かに進行していきます。

生涯にわたって生活の質を維持するために、また、医療費抑制のために、早期に発見し、重症化や合併症への進行の予防に努めることが大切です。

### ●事例紹介

健康診断を受診して、同じように高血糖を指摘されたAさんとBさん。医療機関受診状況など、その後の生活を比較してみました。

#### ▶Aさんの場合

【50歳】健康診断で高血糖を指摘されたにも拘わらず、病院を受診せず、生活習慣の改善も行わなかった。以後の健康診断受診も中断する。

【60歳】高血圧を併発し、動脈硬化が進行する。

【63歳】心筋梗塞を起こし、手術を行う。

【69歳】高血糖状態が続き、糖尿病の3大合併症の1つである白

内障を発症。目の手術を行うが、視力が低下。

【74歳】腎機能が悪化し、人工透析開始。週3回、透析療法のため病院へ通う生活を余儀なくされる。

#### ▶Bさんの場合

【50歳】健康診断で高血糖を指摘され、すぐに通院治療を開始。食事療法、運動療法が中心で、治療とともに生活習慣も見直す。

以降、毎年健康診断受診と通院治療を継続。合併症などの併発もなく、服薬治療のみで以前と変わらず元気に生活している。

### ●累積医療費を比較すると、2,000万円もの差に！

50歳から76歳までの累積医療費を比較すると、Bさんが約459万円なのに対し、Aさんは約2,425万円となっており、実に約2,000万円の差が出ました。

生活習慣を見直すための手段として、年に1度は特定健診を受診して自分の健康状態を確かめましょう。

### ●お問い合わせ先

町住民生活課

☎096-234-1113 (内線106)

✉klg204@town.kosa.lg.jp

## 編集後記

今月号の「こうさスタイル」でご紹介した4人の皆さんは、年に1回健康診断を受診して自分の体の状態を把握した上で、それぞれのペースで健康づくりに取り組んでおられます。対して私の父は、大の健診嫌い。健診に行くように勧めても、なかなか行ってくれません。でも、考えてほしいのです。健康って、自分だけのものではない。もし、病気などになっても、誰かの介護や支援が必要になる状態になってしまったら、それはあなただけの問題では済みません。金銭的な負担はもちろんです、あなたを介護する家族の人生をも変えてしまいます。自分の健康を守ることは、あなたの大切な家族の人生を守ることです。立春を過ぎれば、冬はもう終わりです。この春から、ご自身の健康について真剣に考えてみませんか。

(か)