

検診
圧病ん核
血心臓が
高心臓結

「おかしいな」と

思っただら検診を

早期発見が肝心

成人病の恐ろしさは、自分の知らないうちに病状が進むことです。

本町でも、昨年脳卒中、ガン、心臓病のいわゆる「三大成人病」で亡くなられた方のほとんどが、これまで検診を受けられていない方々でした。早いうちに発見されれば、適確な治療と日ごろの節制でこれに対処できますが、発見が遅れるとどうにもならなくなります。

これまでの集団検診で何らかの異状が発見された方は、たいてい初期の症状で皆さんほとんど完治されており、今年も、山口大学医学部の専門医を中心とした高血圧・心臓病検診が次の日程により行われます。

なお、本年度より充実した検診を実施するために、肺ガン・結核検診とあわせて行いますので、ぜひ検診を受けて自分の健康を確認しましょう。

●検診料 五〇〇円
※七〇歳以上は無料です。

●検診内容
問診、血圧測定、検尿、胸部レントゲン、心電図、血液検査（肝機能検査、コレステロール、貧血等）眼底検査

日	場 所	受付時間
6月1日(回)	町内各会場	
2日(月)	肺がん・結核	※肺がん・結核検診のみ希望の方は、別途個人カードによりお知らせ致しますので、もよりの会場でお受けください。
3日(火)	検診のみ	
4日(水)		
5日(木)	上地区健康管理センター	
6日(金)	野波瀬漁協	午前9時から
7日(土)	勤労者スポーツセンター	〃
8日(日)	農業者トレーニングセンター	〃

●対象者

四〇歳以上
※申し込みをされていない方も是非受診ください。

●追記

※六月五日の上地区健康管理センターは午前八時三十分から九時三十分まで、幼・保育所児（四歳児）の検診を行います。

※六月五日から八日までは、高血圧・心臓病検診と肺ガン・結核検診の両方を実施します。

保健婦だより

家族と

おとしより

病は気からといいますが、ボケの場合こそ心とからだのかかわりの深さに驚かされます。心に不快なことがあれば思いもかけないような身体症状となって現れ、家族をとまどわせます。ところが、どのような手当てでも考えられないような症状が、その原因になつた心の傷を見つければ、こころよい状態にしてあげるだけで、きれいに消えていったりもします。

ボケの場合は、このような極端な現れかたをしますが、ふつうの老人の場合も、似たようなことがあります。心の問題はおろそかにしないで、いつも温かい気持ちがかよいあうような人間関係を保つよう老人も家族もお互いに努力しなければなりません。

専業主婦がいる場合でも、おとしよりからすっかり仕事をとりあげ、楽隠居をしていただくというのはあまりよくありません。やはり、家族の一員として、なにか役立っているという思いまで奪うことになり、生きがいさえ失わせることとなります。こういうことがボケのきっかけになる場合も少なくありません。

万事機械化した産業界とは違い、家庭内の仕事にはまだまだ人手とか、知恵とか、真心とかセンスなどが幅をきかす場面がたくさんあります。たとえば、インスタント食品や手ぬき料理が大はやりの昨今、手間暇かけてゆっくり煮込む料理など、時間をたっぷり持っておられるおとしよりには能力の見せどころではないでしょうか。

が、一日に何度も食事の催促がある場合、毎日大きな袋菓子やジュースを渡して食欲をまぎらわせるのではなく、家族と同じ食卓で会話をはずませながら、楽しく食べたりの、おやつも目さきを変えたものを一皿ずついっしょに食べるようにしま



す。ときどきは、手作りのおやつなども目の前で作ってあげたりするなど、楽しく食べることで、胃袋だけでなく心のほうも十分満たされて「食べた」という思いになれるような「栄養+温かい心づかい」を準備してあげたいものです。おとしよりの性についてもいやらしいなどといわず、大らかに明るく受けとめてあげ、配偶者を亡くされたおとしよりは、努めて異性もおられる老人クラブなどへ参加されることをすすめます。

毎週土曜日は健康相談日です（トレセン午前九時から十一時まで）