

図2. がんの死亡者の内、検診を受けていた割合  
がんで死亡した人の多くが検診を受けていない。

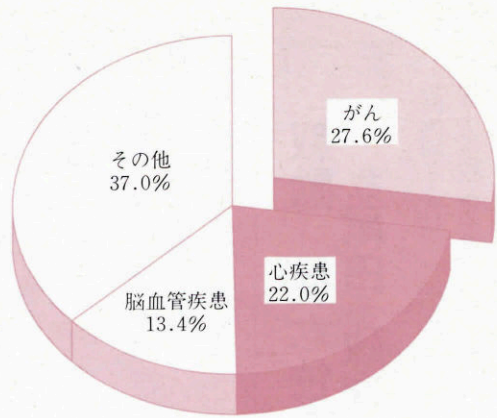


図1. 油谷町の平成6年度の死亡原因  
成人病で多くの人が亡くなっている。

## 自分の健康は自分でつくる だから健康診査を受ける

～成人・高齢者保健対策より～

成人の死亡原因で主なものは、がんや心臓病などいわゆる成人病とよばれるものです。(図1)

油谷町では毎年、基本健康診査と肺がん・胃がんなどのがん検診を実施しています。これらは自分の健康状態を知る手がかりのひとつです。しかし、がんで死亡した人の内、検診を受けていない人がまだ多いのが実状です。(図2) したがって、この計画では、自分の健康は自分でしか守れないという認識を高めつつ、受診しやすい環境づくりを行うことが主眼となっています。

若いころから健康への関心をもち、それぞれの健康レベルの保持、増進を図るためのサポート

- 健診を受けやすい体制づくり  
事業主への働きかけ、コンピュータによる未検診者の把握、日曜日のがん検診の実施など
- 健診の内容の充実  
健診項目の充実、若い女性を対象に骨粗鬆症検診を実施
- 健診後の指導の充実と継続管理  
がん検診の精密検査未受診者をなくす、診査結果説明会の充実、相談体制の充実など
- 健康に対する意識を高める  
広報活動の充実、事業所への

- 働きかけ、イベント会場でコーナー設置など
- 相談窓口の充実  
定例健康相談の有効利用を促進、若い年齢層への働きかけ、など
- 健康教育の充実  
健康講演会・心の健康づくり講座などの開催、農協・漁協などの組織を通じて健康教育を実施、など

高齢者が地域で安心して生活ができるようにするには

- 身近に相談できる場所を設ける  
定例健康相談の充実、老人ク



▲基本健康診査のようす

ラブ等との連携し相談に向く、など

- 高齢者の寝たきり予防の推進  
虚弱老人の把握をし適切な保健福祉サービスを提供、地域の中で励ましあえる小グループの実態を把握する、など
- 地域の中でお互いに助け合える環境づくり  
地域ケアについての学習の場を設置、保健・福祉センターなどの拠点を整備する(コミュニティパーク整備事業の中で計画)、など

さて、油谷町保健計画の一部をざっと見てきました。もちろん町はみなさんの健康を維持するためのお手伝いをする事からできません。一番大切なことはやはり「自分の健康は自分で守る」ことなのです。そのためにこれから充実していく健康診査や健康相談など、健康に関する機会をうまく利用して、自分の健康を守っていきましょう。