

# 健康ほくほく通信

圃保健介護課 保健係 内線3114

## No.26『重症化予防食事改善事業』を始めます！

健康診断や人間ドックの結果はどうか？  
毎年引っかかって、何とかしないといけないと思うけど…という方や、病院でお薬ももらっているけど、あまり数値が良くないから主治医の先生からご指摘を受けるという方を対象として、**減塩やカロリーを調整した食事を一部補助で提供**する事業を今年6月から始めることにいたしました。これを機会に、味つけや食べる量を見直してみませんか？

### 対象者

- 鬼北町に住民票のある20～74歳の方
- 当年度の健康診断もしくは人間ドックの結果が**基準値以上※**の方

### 事業内容

- 委託業者の宅配メニューから弁当もしくはおかずのみを選択し、利用頻度・期間を決めます（頻度：昼夜1食もしくは2食、週1～3回 期間：1～3か月間）。
- 鬼北町内の指定された場所へ委託業者が配達を行います。
- 利用料金の自己負担分は委託業者にお支払いいただきます。
- 利用開始・終了時と利用期間中に、保健師もしくは管理栄養士が健康状況等を確認させていただきます。

※基準値

	検査項目	数値等
①	空腹時血糖	126mg/d以上（随時血糖200mg/d以上）
②	HbA1c	6.5%以上
③	Ⅲ度高血圧	収縮期血圧180以上 かつ/または 拡張期血圧110mmHg以上
	Ⅱ度高血圧	収縮期血圧160～179 かつ/または 拡張期血圧100～109mmHg
④	脂質異常	LDLコレステロール180mg/dl 以上 TG（中性脂肪） 300mg/dl 以上
⑤	尿検査	尿蛋白（++）以上または 尿蛋白（+） 尿潜血（+）
⑥	腎機能検査	eGFR50未満
		eGFR50～60未満及び 蛋白尿（+）以上 （70歳以上の場合にはeGFR40未満）
⑦	心電図	心房細動・ST所見有り（要医療）
⑧	肥満	BMI 30以上

北宇和病院  
だより



## 新型コロナウイルス感染の現状について

年初より愛媛県においても新型コロナウイルス感染症患者が爆発的に増加しました。4月以降は徐々に感染者数も減少していきましたが完全に沈静化することはなく、鬼北町においても学校や児童施設を中心に集団発生が見られました。幸いにもほとんどの症例で重症化することなく、医療体制の逼迫をきたす事態には至りませんでした。

鬼北町では皆様のご理解、ご協力により、65歳以上の高齢者は8割以上の方が3回目のワクチン接種を終えております。しかし、残念ながら小児の接種、若年者の追加接種は十分に進んでおらず、今後も大規模な流行に至る危険性があります。

ワクチン接種だけでなく、基本的な感染予防対策について、今一度皆様のご理解、ご協力をお願い致します。

### 編集後記

▼広報担当になる前の2年間、私は松山に向向して仕事をしていた。町内に取材に行く先々で「おかえり」「出向お疲れ様」と声をかけていただき、久しぶりの地域の方々とのふれあいを、懐かしく温かく感じています。  
▼ゴールデンウィークを中心に、町内各所で盛んにお田植えが行われていました。稲作には食糧生産だけでなく、水源涵養や景観形成など様々な役割があり、そのような多面的機能が、もともとと評価されても良いのではないかと考えます。風水害などに見舞われることなく、無事に収穫を迎えられることを願っています。（輝）

### 今月の一枚



仕事の合間に知り合いの方から、手作りの小物とお菓子を送っていただきました。「祈・ウワライナに平和を」と添えられた一言。温もりあふれるプレゼントに、ほっと癒されました。