

# どうぶつ♡愛ありあけ 2011 ～人と動物にやさしい町を目指して～

とき **11月13日(日)** 正午～午後3時  
ところ 熊本県玉名地域振興局(玉名市岩崎1004-1)

どうぞ、ご家族  
皆様でご来場  
ください!



愛護祭で譲渡された犬・猫の避妊・去勢をされた人は、予算の範囲内で助成します。

避妊の場合1匹 **10,000円**  
去勢の場合1匹 **5,000円**

## イベント

- 動物慰霊祭 ●画像作品の表彰・展示
- 長寿犬・体の不自由な動物の飼い主表彰・紹介
- 動物〇×クイズ(豪華景品・ポータブルゲーム機がもらえるよ!)
- 動物とのふれあい体験 ●ペット何でも相談 ●パネル展示
- チャリティーバザー ●犬のしつけDVD放映
- 動物譲渡前講習会・譲渡会  
(譲渡前講習会は、午前9時30分受付、10時開始譲渡希望者は必ず講習会を受講してください。)

問い合わせ先 有明保健所 ☎0968・72・2184  
本庁 税務住民課 生活環境係 ☎0968・86・5723  
総合支所 住民課 住民生活係 ☎0968・34・3111 (内線751)

# 『第22回菊池川の日環境フェスタ』

とき **11月23日(水・祝日)** 開場/午前9時30分 開会/午前10時

ところ 合志市総合センター「ヴィーブル」

- 内容 環境フェスタ表彰式・アトラクション…午前10時～ 文化ホール  
環境講演パフォーマンス…午後2時～ 文化ホール
- 講師……………らんま先生&ウルトラマン「エコサイエンスパフォーマンス」  
その他……………終日 メインアリーナ
- ・国土交通省、環境団体などによる展示、体験教室(パネル、エコバック、マイ箸、廃油石鹸など)
  - ・ごみ分別相談コーナー、子どもを対象とした分別体験コーナー
  - ・畜犬のしつけ、不法投棄禁止などの啓発コーナー
  - ・ダンボールコンポスト、生ゴミ処理容器、雨水タンクのPR
  - ・フリーマーケット
  - ・ステージでのバルーンアート・ショー など

問い合わせ先 本庁 税務住民課 生活環境係 ☎0968・86・5723  
総合支所 住民課 住民生活係 ☎0968・34・3111 (内線751)

# 健診結果、 放置していませんか?

生活習慣病は、ほとんどの場合、自覚症状がないまま進行します。自覚症状が出てきたときには、病気がかなり進行し、簡単には治らない状態です。

健康診断の目的は、病気になる前、病気がひどくなる前の段階で発見し、生活改善や治療を行い、病気が重くなるのを予防するために活用することです。

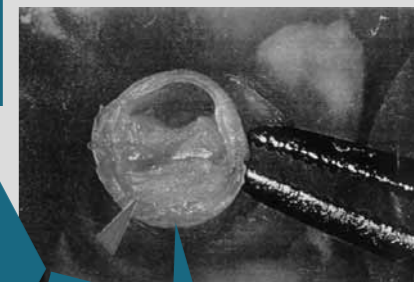
健康診断で予防できる段階から、生活習慣改善や治療をしていきましょう。

## 症状が出る前に、体の中では何が起きているのでしょうか? ご自身の健診結果と照らし合わせてみてください。

	動脈硬化(血管の変化)の段階		
	発病予防	早期発見 早期治療	発病 重症化予防
BMI	24.9	25以上	
最高血圧	129以下	130~139	140以上
血糖値	99以下	100~125	126以上
HbA1c	5.1以下	5.2~6.0	6.1以上

本当にひどくなるまで自覚症状無し!!

「早期発見、早期治療」「発病、重症化予防」の状態が続くと動脈硬化が進み、血管が詰まる。



血管を輪切りにしたものの。動脈硬化で血管がほとんど詰まっている。

※判定値は各学会のガイドラインより参照  
※判定項目は他にもありますが、参考に4つ載せています。

## 血管が詰まったら?

血管が詰まる場所	病気の名前	症状
心臓	狭心症、心筋梗塞	胸の痛み、呼吸困難など
脳	脳梗塞	手足の麻痺、言葉が話せないなど
腎臓	慢性腎臓病(重症化すると腎不全)	無症状だが症状が出たときには透析が必要

## 健診結果に関するQ&A

こんなふうに思っていないですか?

質問	答え
自分の体はなんとも無い。動脈硬化の段階で、「早期発見、早期治療」「発病、重症化予防」でも少し気にはなるが、特別心配ないのでは?	本人が気がつかないうちに動脈硬化は進みます。生活習慣病はひどくなるまで症状が無いから、健診で動脈硬化の段階を見えています。検査項目・数値によって、危険性が違いますので、検査項目・数値に応じた対応をお願いします。
3~4年健診受けて、特に心配なこともなかったのですが、もう健診受けるのも数年おきていいかな?	健診は毎年受けましょう。健診では、動脈硬化の段階を確認できると同時に、日々の食事や運動が健診結果に反映されるため日頃の工夫の成果が確認できます。
健診で何を見ているのかわからない。	かかりつけの医師、町の保健師・栄養士におたずねください。

- 健診には、1つ1つ意味があります。
- 精密検査や生活の見直しが必要といわれた人は、早めの病院受診などをお勧めします。
- 健診結果や食生活などで分からないことがありましたら、かかりつけの医師または町の保健師・栄養士にご相談ください。

問い合わせ先 本庁 健康福祉課 保健予防係 ☎0968・86・5724  
本庁 税務住民課 国保年金係 ☎0968・86・5723  
総合支所 福祉課 健康支援係 ☎0968・34・3111 (内線762)