

中2、小5のみなさんにお知らせです!

かみふっ子健診

みんなで受けようね

今、子どもの頃からの生活習慣病が問題視されています。

町では子どもの健康な育ちを支えるために、町内に住民票を有する小5・中2のお子さんを対象とした「かみふっ子健診」を実施しており、26年度は5割の方が受診されました。

小児期には知る機会がない「**血圧**」「**LDL/HDL コレステロール**」「**中性脂肪**」「**血糖値**」「**肝機能**」「**尿酸**」などを調べたところ、**小5・中2ともにLDLコレステロールが基準値より高いお子さんが多くみられました。特に小5の女子は5割が基準を越えていました。また中2男子の3割は尿酸値が高く、これらの値が長期に亘って高いと、じわじわと血管の内皮を傷つけて、若くして「動脈硬化」になることもあります。**

健診を受診する事で健康実態や食や運動の課題、改善点などを知る貴重な機会になります。健康な未来のために、「かみふっ子健診」を受けて、生活習慣を見直してみませんか。

<健診日程>

日時	午前	午後	受診数	会場
7月 3日(金)	6:00~6:30		10人	かみん 多目的ホール
7月 4日(土)	10:30~11:30	13:30~14:30	60人	
7月 5日(日)	10:30~11:30	13:30~14:30	60人	
7月11日(土)	9:00~10:00		30人	
7月12日(日)	9:00~10:00		30人	
7月13日(月)	6:00~6:30		10人	

<受診料> 無料

<受診方法>

対象のお子さんには保護者様あてに、6月上旬に個別にご案内を郵送します。

案内が到着後、健康推進班(45-6987)に電話で日時を予約して下さい。

当日は保護者同伴で受診下さい。 申込締め切り 7月2日(木)

<検査項目>

検査項目	測定	計測	問診	
	血液検査			身長、体重、腹囲 血圧測定
		脂質		中性脂肪、 LDLコレステロールなど
		肝機能		ALT、ASTなど
		代謝系		血糖値、尿酸など
		腎機能		クレアチニン
	血液一般		血色素、赤血球など	
尿検査	腎機能・代謝		蛋白、潜血、糖	

肥満、標準、やせなど「体格」を確認します。子どもの健康をみる一番の指標です

糖尿病、尿酸などの危険度が、わかります。糖分・炭水化物や肉の食べ過ぎなどたんぱく質の影響が...

「貧血」の状態がわかります。体がだるい、疲れやすいは貧血のサインかも。多くの女子に受けて欲しいな。

～昨年の健診結果、こんなことがわかりました～

基準よりも高かった項目は

学年		受診数	1位	2位	3位
小5	男	31人	LDLコレステロール 19.4%	肝機能 16.1%	肥満 3.2%
	女	22人	LDLコレステロール 50%	肥満・中性脂肪 9.1%	
中2	男	25人	尿酸 32%	中性脂肪・肝機能・LDLコレステロール 12%	
	女	24人	LDLコレステロール 29.2%	中性脂肪 8.3%	糖代謝・総コレステロール・尿検査 4.2%

かみふっ子健診」の流れ～こんな風に受けます

6月上旬

健診のご案内（案内文・受診票、問診票、尿器をご自宅に送ります）

キャンセル・変更も可能です。
部活、学校行事との調整は、先生とご相談下さい

自宅に到着後、保健福祉課健康推進班に電話で希望の日時を予約しましょう。7月2日が締め切りです。

健診当日

7月3日～13日

健診会場はかみんです。所要時間は20～30分程度です。
受付・尿提出 ⇒ 身体計測 ⇒ 問診・血圧測定 ⇒ 採血 ⇒ 終了
※当日は一般の方も健診を受けています。

食事しても大丈夫

9月上旬

健診結果をお返しします。
親子での結果説明会を予定しています（20～30分程度）。
少年団、部活などで都合が悪い場合は、担当の保健師とご相談下さい。

明日から気を付ける事が、わかったね～

冬休み

子ども料理教室を開催しますのでご希望のお子さんをご参加下さい。
体に良い「バランス食」を体験しよう。

お申込み・お問い合わせ

上富良野町保健福祉課健康推進班
45-6987