

東部健康福祉センターだより

～誰もが心身ともに健やかに暮らせる地域のために～
<第27号(平成25年3月20日(水)発行)>

静岡県東部健康福祉センター(東部保健所)発行
〒410-8543 沼津市高島本町1番地の3
(電話)055-920-2075 (FAX)055-920-2191

静岡県東部健康福祉センター

検索



生きがいと健康づくり
イメージキャラクター
「ちゃっぴー」

静岡県は健康寿命日本一!!

健康寿命とは、“単に長生きする”という寿命の長さではなく、“健康でいきいきと暮らす期間”のことをいいます。平成24年に厚生労働省が発表した静岡県の健康寿命は、男性が全国第2位(71.68歳)、女性が全国第1位(75.32歳)でした。本県試算の男女計では、日本一(73.53歳)でした。

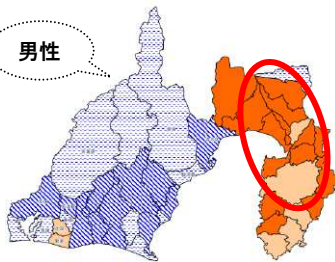
東部地域の健康状態は??

■ 県平均に比べて、有意に多い ■ 有意ではないが、県平均に比べて少ない
■ 有意ではないが、県平均に比べて多い ■ 県平均に比べて、有意に少ない

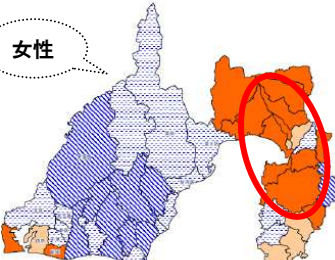
県東部地域は、県内の平均値に比べ、“肥満”“高血圧”“喫煙”の人が多いことがわかりました。

肥満

男性

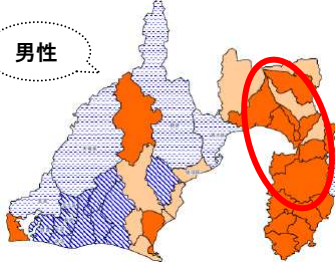


女性

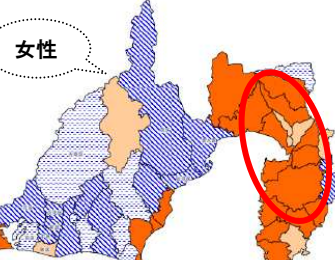


高血圧

男性

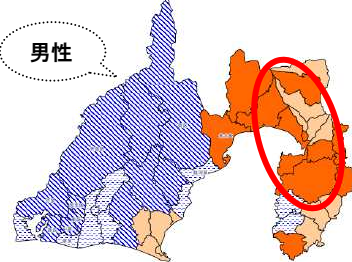


女性

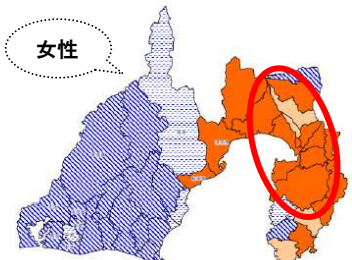


喫煙

男性



女性



(資料:平成22年度特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書)

健康で長生きするためのコツ

健康であるためには、**生活習慣を見直す**ことが大事です。

<食生活> 主食、主菜、副菜をそろえ、野菜料理をもう1皿多く食べましょう。

うす味を心がけ、素材の味を楽しみましょう。

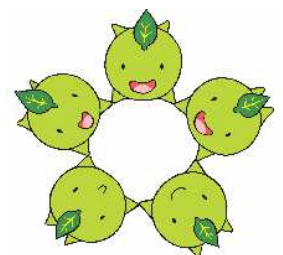
<運動> 今よりもプラス10分歩きましょう。

日常生活の中で、体を動かすことを楽しみましょう。

<社会参加> 地域の活動やスポーツなどの集まりに参加しましょう。

職場や近所で、絆づくりを楽しみましょう。

<禁煙> たばこは万病のもと。禁煙はいくつになっても遅すぎることはありません。



【お問い合わせ】 健康増進課 (電話)055-920-2112 (FAX)055-920-2194

浄化槽 維持管理の3つの決まりごと

浄化槽は、皆さまのご家庭の排水をきれいにするための装置です。しかし、適切に維持管理を行わないと近隣の側溝や河川を汚し、悪臭等でご近所に迷惑をかけることになります。

そのようなことにならないように、浄化槽法で義務付けられた**保守点検・清掃・法定検査**を定期的実施してください。

その1. 保守点検の実施

年に3~4回以上(一般家庭の合併処理浄化槽の場合)
県知事の登録を受けた浄化槽保守点検業者に委託しましょう。

その2. 清掃の実施

年に1回以上
各市町の許可を受けた清掃業者に委託しましょう。



その3. 法定検査の受検

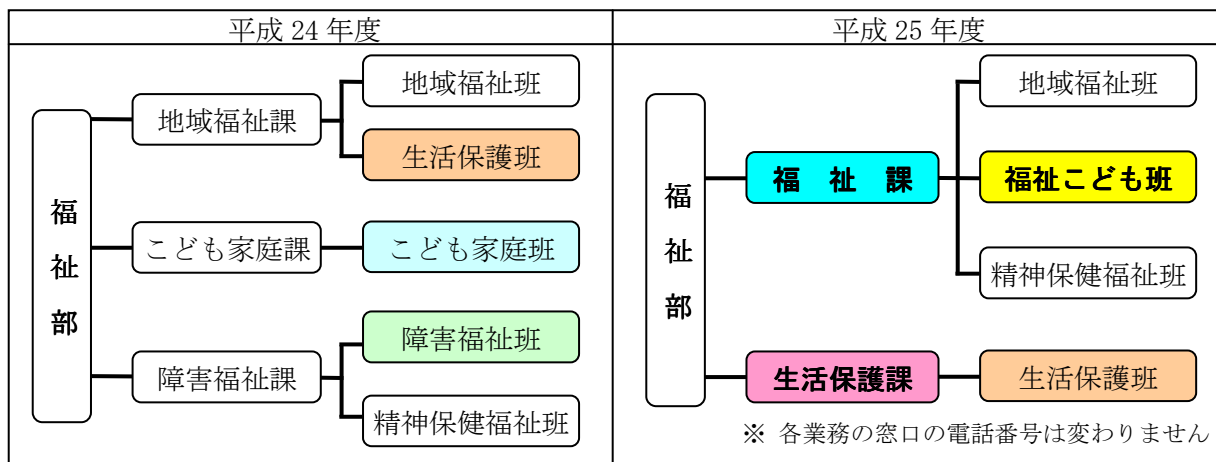
年に1回
県知事が指定した検査機関:(一財)静岡県生活科学検査センターに依頼しましょう。

<法定検査のお申し込み> (一財)静岡県生活科学検査センター
電話:054-621-5030 <http://www.shizuokaseikaken.or.jp/index.html>

【お問い合わせ】 生活環境課 (電話)055-920-2135 (FAX)055-920-2194

4月1日から福祉課と生活保護課に再編されます

平成25年4月1日から、一部の事務事業が県庁へ集約されたり、市町へ権限移譲されたりすることから、福祉部の組織改編が行われます。この改編によって、福祉部は、「地域福祉課」、「子ども家庭課」及び「障害福祉課」の3課から、「福祉課」と「生活保護課」の2課になります。



4月1日から**未熟児養育医療**と**自立支援医療(育成医療)**の窓口が、**お住まいの市町**になりますので、申請する際にはご注意ください。

【お問い合わせ】 総務課 (電話)055-920-2073 (FAX)055-920-2191