



健康おおむら 21 通信

◎ HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)の基準値が変わります

そもそもHbA1cってなんだろ？



糖尿病の診断基準とされる血液検査の指標のことじゃ！

これは赤血球の中にあるヘモグロビンにブドウ糖が結合している状態をいいます。ヘモグロビンは、体のすみずみまで酸素を運搬する役割があります。また、赤血球の寿命は約3~4か月で、その間ずっと体内を巡りながら血液中のブドウ糖と結びつくことから、HbA1c値は検査を受けた日から赤血球の寿命の約半分の1~2か月前の血糖状態を推定しています。よって、血液中に糖が多い(高血糖)ほど、結びつきが増え、HbA1c値が高くなります。



◎4月からHbA1c値が変わります！

これまで日本では、HbA1cはJDS値で表記されていましたが、国際標準化にともない、4月1日からNGSP値で表記するようになり、これまでのJDS値から約0.4%高くなります。

	JDS値 3月まで	NGSP値 4月から
適正基準の範囲	4.3~5.8%	4.6%~6.2%
診断基準	6.1%以上	6.5%以上
治療のためのコントロール目標値	6.5%未満	6.9%未満
糖尿病の疑いが否定できない	5.6~6.0%	6.0%~6.4%
将来糖尿病の発症が高い可能性がある	5.2~5.5%	5.6%~5.9%

特定健診・保健指導で確認を！

特定健診では、HbA1cを検査していますが、保険者によって検査していない場合があります。糖尿病は自覚症状がありませんので、ぜひ健診を受けましょう。



■国保けんこう課(内線140)

大村 市民病院 だより



大村市民病院 ☎2161

◇「医療政策」と「政策医療」

今回は少し堅苦しいですが「医療政策」と「政策医療」についてのお話です。皆さんはこの2つの言葉の違いが分かりますか。実は専門家の中でもときどき間違っている言葉なことがあり、とてもまぎらわしい言葉なのです。

「医療政策」

カッコでくくるととても分かりやすくなります。「政策」そのもののことです。狭い意味では国がつくる医療分野における施策などのことです。国や自治体が担うべき医療分野の取り組みで、後述する分野や目標を定めて取り組まれています。多くの地方自治体が医療政策などを担う部署を設置して、行政が実現するべき医療分野の政策を担当しています。がん対策や住民健診、予防接種、感染症対策など多くの身近な取り組みは、政策の一環として取り組まれているのです。

「政策医療」

厚生労働省が「国が担うべきと定めた各種医療分野」のことです。現在、19の分野があり、それぞれの研究を6つの国立高度専門医療研究センターが中心になって

担い、各分野の治療においては国立病院機構病院の中に8病院が準ナショナルセンターとして中心的に位置づけられています。大村にある長崎医療センターは、その8施設のうち肝疾患の中心的役割を果たしています。また、政策の実践としての医療そのものを指す場合もあり、保険診療で行われることもあります。医療機関は政策の直接実行を行政機関から委託されて行っているともいえるのです。

「政策」の担い手の行政、「医療」の担い手の医療機関

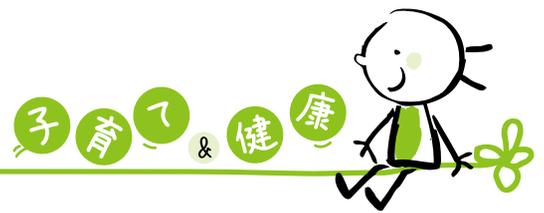
先に挙げた2つのそれぞれの責任ある担い手は次の2者となります。

「政策」：市町村などの地方自治体 行政機関

「医療」：医療機関

この2つの分野の担い手がバランスのとれた両輪となって初めて皆さんの生活が健やかなものになるといえるのです。当院でも大村市が掲げる「医療政策」の実現を目指し、地域のかかりつけの先生方とともにさまざまな政策医療を実施しています。皆さんの健康と健やかな生活のために健康なうちからかかりつけを持ち、必要に応じて当院をご利用ください。いつでもお気軽にご相談ください。

- 日 日時 所 場所 内 内容 対 対象 定 定員・定数
- 費 会費・料金・受講料 持 持参品 期 申込・受付期間
- ※ 縮切 講 講師 手 手続方法 申 申込先 問 問い合わせ
- ☎ 電話番号 FAX ファクス ☐ メール 🌐 URL を表します



予防接種のお知らせ



BCG予防接種の対象者が変わります

4月1日から、結核の予防接種ワクチン(BCG)の対象年齢が変わります。

◎対象年齢

変更前: 生後6か月の前日までの間

変更後: 生後1歳の誕生日の前日までの間

日本脳炎予防接種の対象者が特例で拡大されています

日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差し控えの期間(平成17年～22年)に定期接種を受けていない人を対象に、特例で対象者が拡大されています。

4月1日から接種対象者が次のとおり拡大されます

変更前: 平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれ

変更後: 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれ

※1期・2期の接種が終わっていない人は、20歳未満まで定期接種ができますので、早めに接種しましょう。

長期療養などで定期接種を受けられなかった人へ定期接種対象外の年齢でも接種できます

◎対象者

ガンや慢性心疾患などの長期療養を必要とする病気に加ったため、定期の予防接種を受けられなかった人

◎接種可能期間

予防接種を受けられなかった理由がなくなった日から2年間

◎年齢上限がある接種

15歳まで: ジフテリア、百日せき、ポリオ、破傷風

4歳まで: 結核

◎手続方法

主治医の意見書などが必要な場合があります。電話でお問い合わせください。

■こども家庭課 ☎④9100

第1回貞松病院運動教室 転倒予防教室

とき 4月20日(土)、午後2時30分～4時

ところ 貞松病院 1階リハビリ室



「転倒予防の重要性と方法について」
年を重ねても、いきいきと生活
できる工夫を一緒に考えましょう!

持 飲み物、筆記用具、動きやすい服

定 50人※事前にお申し込みください(先着順)

費 無料

講 作業療法士 志垣彩乃氏

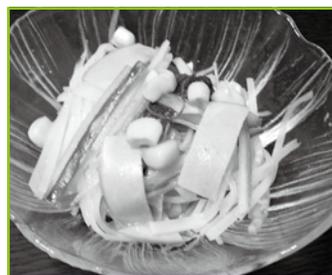
問 申 貞松病院リハビリテーション科

☎④1161

※午前9時～午後6時30分(土・日曜日、祝日を除く)



Menu シャキシャキポテトサラダ



旬の新じゃがを使って、いつもの食感とはまた違ったポテトサラダを作ってみませんか?

***** 材料(2人分) *****

- ・ジャガイモ 1個
- ・ローズハム 2枚
- ・キュウリ 20g
- ・ホウレン草 〃
- ・ホールコーン 10g
- ・塩・こしょう 少々
- ・マヨネーズ 小さじ2

***** 作り方 *****

- ① ジャガイモは細めのせん切りにして、シャキシャキ感が残るくらいにゆで、冷水にとって冷ましておく。
- ② ローズハムは短冊切り、キュウリはせん切りにする。
- ③ ホウレン草は3センチに切って、ゆでて冷ましておく。
- ④ よく水気を切った①～③にホールコーンを加えて塩こしょうをし、マヨネーズで和えればできあがり。

「大村楽食レシピ」募集中!

「おすすめレシピ」をお持ちの人は、国保けんこう課(内線141)までご連絡ください。



新聞紙で遊んだよ!

