

3 海田総合公園の指定管理者を募集します！

問 まちデザイン課(役場3階) ☎823-9634 FAX.823-9203

令和7年度から海田総合公園の管理を行う指定管理者を募集します。

- 指定管理期間 令和7年4月1日～令和12年3月31日(5年間)
- 募集内容 施設管理業務、利用業務(くわしくは、仕様書で確認してください)
- 受け付け期間 9月9日(月)～9月27日(金)(土・日曜日、祝日を除く)
- 受け付け場所 まちデザイン課
- 提出物 申請書および添付書類
募集要項・仕様書は、9月2日(月)から海田町ホームページに掲載します。

4 高齢者インフルエンザ・新型コロナワクチン予防接種について

問 健康づくり推進課(役場2階) ☎823-4418 FAX.823-0020

10月1日(火)から高齢者インフルエンザと新型コロナワクチンを定期接種として実施します。

●自己負担金が免除になる人

対象者は次のいずれかの書類を医療機関に提示することで、自己負担金が免除になります。

	高齢者 インフルエンザ ワクチン	新型 コロナ ワクチン
対象者	接種日において ・65歳以上の人 ・60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、および免疫機能に一定の障がい有する人(身体障害者手帳1級相当)	
接種開始日	10月1日(火)	
接種回数	1回	1回
自己負担金	1,500円	3,200円
接種できる医療機関	・海田町内の医療機関⇒問診票は医療機関にあります。直接医療機関に行ってください。 ・海田町外の医療機関等⇒問診票は9月24日(火)から配布しますので、健康づくり推進課に来てください。	

※接種期間外の接種や、上記対象者以外の方は任意接種(全額自己負担)になります。

免除対象者	確認書類
生活保護世帯に属する人	被保護者証明書
町民税非課税世帯に属する人	①後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証 ②免除証明書(健康づくり推進課で発行します)

マイナンバーカードを保険証として利用している人は、上記①を確認することができますので、②は不要です。

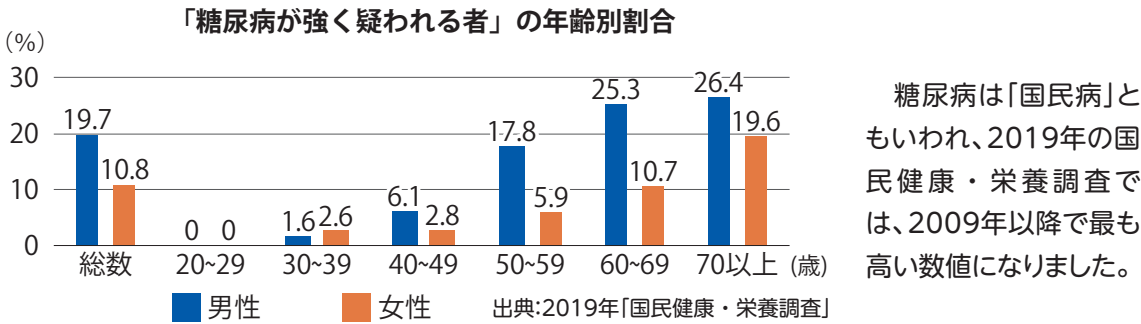
免除証明書の発行は9月24日(火)から行いますが、来庁することが難しい人は、郵便でのやり取りもできます。まずは健康づくり推進課に電話してください。

人生100年時代 健康長寿をめざそう

健診結果はいかがでしたか

男性の5人に1人、女性の10人に1人が「糖尿病」です

問 健康づくり推進課(役場2階) ☎823-4418 FAX.823-0020



1. 糖尿病が起こるわけ

糖尿病はインスリンというホルモンの分泌量や働きが低下し、血糖値が高い状態が慢性的に続く状態をいいます。食事とった糖質は消化管で吸収され、血液中に入ります。その後インスリンの働きによって、血糖は肝臓へ取り込まれたり、筋肉や脂肪での取り込みにより、血糖値は正常範囲内に保たれます。しかし、糖尿病の人はインスリンがうまく働かないため、食事から取り込まれたブドウ糖が細胞内に取り込まれず、血液の中に残った状態になり、血糖値が高くなります。さらに、体内で処理できなくなったブドウ糖は尿中に出てきます。

2. 糖尿病の判定基準

次の検査項目のいずれかが「受診勧奨値」になると、糖尿病の疑いがあります。糖尿病は自覚症状がなく、また、様子見しても改善しないので、健診結果を持参の上、すぐに受診しましょう。

	検査方法	適正	保健指導判定値	受診勧奨値
尿糖	尿検査	(-)	(±)以上	(±)(+)以上
空腹時血糖(mg/dℓ)	血液検査	100未満	100以上	126以上
随時血糖(mg/dℓ)		100未満	100以上	—
HbA1c(%)※(ヘモグロビンエーワンシー)		5.6未満	5.6以上	6.5以上

※HbA1cは過去1～2カ月の血糖値の平均的な状態がわかるため、糖尿病に重要な診断基準になります。

3. 現在、治療中の人へ 生活習慣の改善が重症化を防ぐ一歩です

血糖値が高い状態が続くと、合併症の可能性が出てきますが、近年、生活習慣病の改善、治療薬の開発などで、合併症の発生は着実に減少しているともいわれています。

糖尿病は全身の血管のダメージが大きい病気ですから、禁煙も重症化予防の大事なポイントです。65歳以上の場合は治療歴や合併症の状態など、個別性が高くなりますので、主治医の先生と相談しながら、できることから始めましょう。

☆健診結果相談会・集団健診のお知らせは19ページで確認してください。

成人期のコントロール目標値

	合併症予防のための目標	治療強化が困難な際の目標
HbA1c (%)	7.0 未満	8.0 未満
空腹時血糖値	130 mg / dℓ未満	—
食後2時間血糖値	180 mg / dℓ未満	—

参考:糖尿病診療ガイドライン2024