

# 健康長寿を実現するために

「健康と生活習慣に  
関する調査」

「いよいよ『健康と生活習慣に関する調査』が始まります。」

熊野町広報誌2・3・4月号からシリーズでお伝えしておりました、生活習慣病（がん等）予防の取り組みがスタートします。

その1つとして40歳以上の方で、本人の同意のもと『健康と生活習慣に関する調査票』という質問票に皆さんの普段の食事や運動などの生活習慣や健康状況についてご記入頂くことで、皆さん一人ひとりの生活習慣病予防に役立てることが出来ます。

また、文部科学省の研究をとおして、21世紀の日本国民の生活習慣病を予防するための重要な資料にさせていただきます。

「健康と生活習慣に関する調査」

きます。5月下旬ごろ各家庭へ協力が訪問し、調査票をお渡しし、ご記入いただいたものを回収します。ご協力お願いします。

15年度基本健康診査・各がん検診の申込みあわせて実施

8月から始まる基本健康診査・各がん検診の申込みも、この調査とあわせ、各家庭への協力員の訪問時に申込みが出来ます。健診・各がん検診は18歳以上を対象に行います。検診内容は昨年同様ですが、申込方法や検診日程が変わっていますのでご注意ください。

なお、申込みがないと基本健康診査・各がん検診等を受けることが出来ません。

調査結果と健診・各がん検診結果は自分の健康管理に役立ちます

健康は自分に贈ることが出来る最高のプレゼント

皆さんの『健康と生活習慣に関する調査』結果は科学的に評価し、個人の体質や健康状態にあった生活改善の方法を知ることが出来ます。

また健診結果から自分のからだの健康度や病気の早期発見・早期治療を目指すことが出来ます。

これらのことは、自分の健康をしっかりと見つめ、なにか大切か、どのように生活習慣を改善すれば健康を維持できるかを考える手段といえるでしょう。

生活習慣を変えることは、なかなか難しいことですが、一人ひとりの主体的な取り組みを併せて地域ぐるみで、健康づくりに取り組みましょう。  
(健康課 TEL 855-1755)

## 生活習慣予防講演会

～生活習慣病としてのがん予防～

科学的な情報をもとにがん予防の専門家から最新の取り組み、一次予防（がんにならないために）、二次予防（がんに負けないために）などについて講演していただきます。

と き 5月25日（日）  
午後1時30分～4時

ところ 役場 3階 会議室

講師 ①がんはどのようにして発生するのか  
～その予防は社会から遺伝子まで～  
(財)広島がんセミナー理事  
田原 榮一 氏

②かかりつけ医の必要性と役割  
安芸地区医師会会長  
福永 泰州 氏

③地域に根ざしたがんの予防の展望  
(財)放射線影響研究所部長  
中地 敬 氏