

成人病は「習慣・環境」病

成人病になりやすい因子は、習慣と環境と遺伝といわれます。
味つけの濃いものや甘いものを好む親の食習慣のほかに、運動不足など生活全般でも親子が同じ行動をとりがちです。加えて、両親がなんらかの成人病の場合

に子供もその因子をもってるといえます。
親は自分が太っていたり、血圧やコレステロールが高かったら、子供の生活習慣に十分気をつけ、成人病予備軍にさせないようにしましょう。

両親と子供の高血圧の関係

家族性	子供の高血圧
両親のいずれも高血圧	83.0%
両親のいずれかが高血圧	41.3%
両親が正常の血圧	14.4%

子供の成人病チェック項目

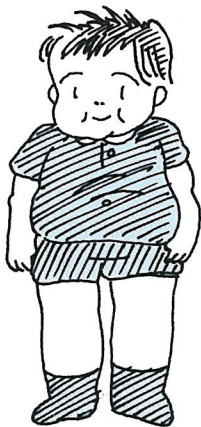


子供の食生活チェック

- ① 朝食のとり方が少ないほうですか
- ② 間食(おやつ)は多いほうですか
- ③ 夜寝る前に何か飲んだり、食べたりしますか
- ④ インスタント食品、スナック食品が多いですか
- ⑤ 根菜類など食物繊維の多い食品を十分食べていますか
- ⑥ 牛乳やチーズ、小魚など毎日食べていますか
- ⑦ ビタミンB2が多いきのこ、海藻、肉類を毎日食べていますか
- ⑧ 獣肉、鳥肉が少なくありませんか
- ⑨ 魚の食べ方が少なくありませんか
- ⑩ 食塩をとりすぎていませんか
- ⑪ 好き嫌いの強い食品が多くありませんか



すべての成人病は肥満に通じる



肥満児のからだつき

皮膚線状 ● ● ●
標準体重より30%くらい重い中肥満になると、皮下脂肪が増加するため皮膚の伸びるのが遅いつかず、皮膚に妊娠のときのおなかに出るような亀裂が腕、太もも、おなかに出ます。これを皮膚線状といいます。

おなかが出ている ● ● ●
子どもはおなかから成長するといわれるように、もともとおなかが多量出ているのですが、太つてくると、さらに大きくつき出てきます。

汗っかき ● ● ●
脂肪の多い肥満タイプの子どもは、細胞が水分をとり込む力が弱く、汗として出やすい。水分が出るとき、ビタミンやミネラルも一緒に失われるので、多量に出るほど疲れやすくなります。

股ずれ ● ● ●
わきの下、乳房の下、内股などがこすれやすく、こすれた所が赤くはれ、そこに細菌がつかると、おできになりますので注意を。



① 緊に肥満 高血圧 糖尿病 心臓病 脳卒中の人は少ない

② 急な体重増加はないか

③ 食事内容たんぱく質、脂肪が多すぎないか

④ 家族全員が運動すべきか

身長・体重 肥満度の平均値の比較

男子

	身長	体重	肥満度
日吉小	137.1	35.2	10.6
南条小	139.8	40.0	18.5
東陽小	134.4	33.6	11.1
白浜小	138.7	39.6	20.9
全 国	134.9	32.0	5.9

小学校4年生対象
中学校1年生対象

	身長	体重	肥満度
中 学	153.3	47.2	9.3
全 国	153.4	44.9	4.9

女子

	身長	体重	肥満度
日吉小	135.0	32.6	8.0
南条小	135.2	35.0	15.1
東陽小	134.2	34.7	14.0
白浜小	136.7	36.1	13.4
全 国	135.1	31.6	5.0

	身長	体重	肥満度
中 学	151.1	50.6	15.9
全 国	152.5	44.5	1.5

※各小学校・中学ともに肥満度は、全国より大きく上回っています。

老人の医療費

老人分の医療費については、拠出金制度がとられています。一度、国民健康保険特別会計から社会保険診療報酬支払基金へ支払い、その後他の医療保険制度からの拠出金と合算され、町の老人保健特別会計へ入ってくるしくみになっています。3年度の国民健康保険特別会計からの拠出額は1億2318万2千円でした。町が支払ったこれらの医療費を合計すると6億8787万6千円になり、一ヶ月平均5732万3千円を支払ったこととなります。

また、国民健康保険に加入しているみなさんの一世帯当たりの医療費として町

積立金制度

国民健康保険特別会計には現在2億5770万1千円の積立があります。

しかし、重症患者の長期入院や高額な医療費を要する患者が続発すると、積立金の額以上に医療費が激増することがあります。そのときは、医療費の支払いができなくなり、年度の途中

▶医療は、みなさんが納める税等で賄われます



から支払ったお金は、29万7千524円になります。この支払のためのお金は、みなさんが納めている国民健康保険税と国県などの負担金や補助金などで賄われています。

でもみなさんが納めている国民健康保険税の税率を引き上げて追加徴収しなければなりません。

過去には、医療費が急増し積立てておいた基金も2ヶ年でなくなったこともありました。

近隣の積立金の保有状況は左記のとおりです。