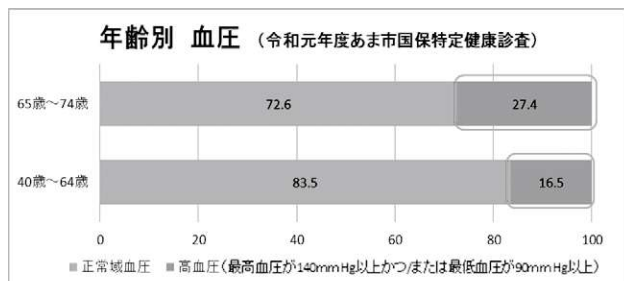


## 高血圧の重症化予防について

### 〈令和元年度あま市国民健康保険特定健康診査の結果〉

65歳から74歳では27.4%、40歳から64歳では16.5%の方が高血圧といわれる水準にありました。



### 〈高血圧の診断基準(高血圧治療ガイドライン2019)〉

	収縮期血圧	拡張期血圧
診察室血圧(医療機関等で測る)	140以上	90以上
家庭血圧(自宅で自分で測る)	135以上	85以上

### 〈高血圧が重症化すると…〉

高血圧は、食塩のとり過ぎや運動不足、喫煙などの不健康な生活習慣が組み合わさって発症するとされており、自覚症状はほとんどありません。

治療をせず高血圧の状態が長く続くと血管が傷つき、気づかない内に動脈硬化が進み、脳卒中や心臓病、腎不全など命に関わる重大な病気につながる可能性があります。

### 〈高血圧の方へ受診勧奨通知を実施します〉

今年度の特定健康診査及び後期高齢者健康診査の結果で、血圧の値が基準値より大幅に高い方(収縮期血圧180mmHg以上、または拡張期血圧110mmHg以上)へ受診勧奨通知を送ります。



問合せ先 保険医療課 ☎444・3168 FAX443・3555

## きれいな水を未来につなぐために

### ～公共下水道への接続のお願い～

衛生的で快適な生活環境を作り出すため、現在市では下水道を整備しています。下水道が整備され、使えるようになった地区に家屋を所有している方は、台所やお風呂、トイレなどの排水を下水道に流せるよう排水設備を設置し、下水道へ接続しなければなりません。

#### 下水道が供用開始されたら早期の接続を

##### 《浄化槽をご使用の方》

現在、浄化槽をご使用の方は、下水道法により遅滞なく下水道に接続しなければなりません。(下水道法第10条)

##### 《くみ取り便所をご使用の方》

現在、くみ取り便所をご使用の方は、3年以内に下水道へ直接流す水洗便所に改造し、下水道に接続しなければなりません。(下水道法第11条の3)

#### 排水設備(下水道接続)工事は指定工事店で

排水設備工事は、公共下水道の適正利用を確保するために、必ず市に登録された「指定工事店」へお申し込みください。

※指定工事店一覧表は、市役所で配布しています。

また、市公式ウェブサイトでもお知らせしています。

#### 下水道に流してはいけないもの

- ティッシュペーパー、衛生用品など
- 天ぷら油、ラードなどの油類
- 高濃度の薬品
- ガソリン、灯油、シンナーなどの可燃物 等

これらは、下水道管の詰りや損傷の原因となることに加え、下水処理場の機能低下につながります。



問合せ先 下水道課 ☎441・7116 FAX441・7137