

# 本当に“健康”に自信ありますか？

【担当課】 地域保健課 ☎3602-1231

区内在住65歳以上で  
介護保険の認定を受けている方

約**1万9,000**人

(平成27年2月時点 葛飾区介護保険課)  
このうち認知症の疑いがあると  
思われる高齢の方は

**2人に1人**  
(葛飾区介護保険課調べ)

自分らしくいきいきと暮らすためには、  
健康の維持が欠かせません。  
しかし……

**第1位** 葛飾区の主要死因

**悪性新生物(がん)**

男性は気管・気管支・肺がん、女性は大腸がんが最多。

**3人に1人**はがんで亡くなっています!

生活習慣病が原因となる病気・合併症で

亡くなる方は**約半数**

(東京都福祉保健局 平成25年人口動態統計)



自分の健康のために、もう一度できることから始めましょう。  
区は皆さんの健康づくりをお手伝いします。

定期的に健康診査を受診  
していますか？

体力づくりを心掛けて  
いますか？

健康管理で気に  
なっていることは  
ありませんか？

健康に関することならなんでも!  
健康ホットラインかつしか

☎3602-1244

月～金曜日 午前8時30分～午後5時  
(水曜日は午後7時30分まで。祝日・年末年始を除く)

病気や心配事だけでなく「ちょっと聞いてみようかな？」  
と思うことも、気軽にお電話ください。

例えば「健康診断を受けたけれど、  
結果の見方が分からなくてそのまま  
になっている」なんてことはありませんか？

健康ホットラインかつしかは、皆  
さんがより健康になれるきっかけと  
なるよう、生活習慣の見直しを一緒  
に考えるなど、お役に立ちたいと考  
えています。



地域保健課 (健康ホット  
ラインかつしか担当)  
ふじみ 藤原ひかるさん

## まちかど 健康相談 (相談無料)

区内の大型商業施設やイベント会場など生活に密着した場所で、  
保健師などが健康相談や健康づくりのアドバイスをします。

第1回のテーマは  
食育と離乳食でした。  
もちろん健康に関する  
質問はどんなことも  
お受けします。

ちょっとしたことでも聞ける、  
気軽な雰囲気がいいですね。



買い物途中だった  
方も足を止めて  
いろいろな質問を  
していました。



相談に来られた  
まつき 松木千恵さんと  
すみれ 董ちゃん

## さまざまな分野と連携した健康づくり

介護予防やスポーツ、文化活動など、さまざまな分野と  
連携し、心と体の健康づくりを支援していきます。

### ウォーキング中にも最適! 健康遊具

歩いて行ける範囲で気軽に運動ができるよう、公園・児  
童遊園に健康遊具を設置しています。

設置場所や遊具の数は今後も増やしていきます。



東立石緑地公園の「背のばしベンチ」。  
たくさんの方が利用しています。

健康遊具の設置場所や  
利用しやすいコースが分  
かる「健康遊具マップ」を  
作成する予定です。

配布時期など、詳しく  
は後日広報かつしかなど  
でお知らせします。

【健康遊具のある公園・児  
童遊園に関する問い合わ  
せ】

公園課 ☎3695-8380

次回の開催は **5月29日(金)午前10時30分～午後0時30分**

「子どもの歯と健康について」

毎月第2水曜日、第4金曜日開催予定(祝日・学校の長期休業期間を除く)

【会場】 イトーヨーカドーアリオ亀有店中川橋側入口付近  
(亀有3-49-3)

がん検診の申し込みは

はなしょうぶコールへ

☎6758-2222