

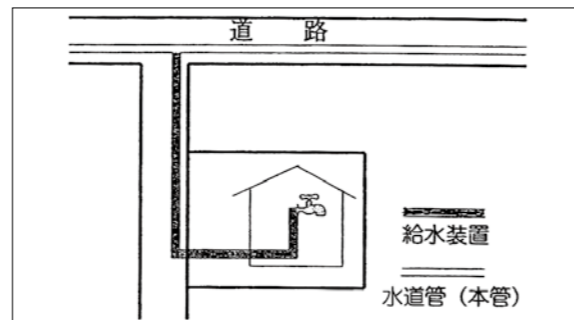
# 冬を迎える前に...



## 水道本管以外の修理は各戸負担となります

今年も冬将軍が近づいて来ています。冬場に長期間留守にしたり、外気温が氷点下になったりすると、水道が凍結しやすくなります。屋外や北側で日が当たらない場所、風当たりが強いところ、むき出しになっている水道管などは、特に凍結に注意が必要となります。

例年、漏水や凍結が発生するとお問い合わせがありますが、町が敷設した水道管(本管)から各家庭や事業所までの間(給水装置)で漏水や修繕が発生した場合は、各戸の負担になります。



## 水道工事は町指定の「指定給水装置工事事業者」で行ってください

ごく簡単な修理(例・パッキンの取り換え)など、給水装置の末端に設置されている部品の取り換え以外の水道の給水工事については「水道法」の規定により町長が指定した「指定給水装置工事事業者」以外ではできないこととなっています。

町で指定している給水工事が実施できる事業者は右の表のとおりですので、ご確認ください。

町では、水道料金算定のための検針時に、前月と比較して概ね2倍以上の使用水量があった場合、漏水調査に伺っています。調査により漏水の発生があった場合は、1カ月以内に漏水の修理を行っていただきます。

本管から給水装置(蛇口まで)の間で、破損などによる漏水が発生した場合、1カ月以内に修理を行わないときは、漏水による水道料金も含めてお支払いをしていただくこととなります。

なお、修理期限についてですが、冬期間に家の外で漏水が発生し、地面の凍結などで工事ができない場合は、水道課から修理をしていただく期限をお知らせしますので、期限内に修理を行ってください。

また、各家庭などにおいて漏水を発見し、修理を水道事業者へ依頼された場合には、役場水道課にも必ず、ご連絡をお願いします。

### 弟子屈町指定給水装置工事事業者(登録番号順)

指定店名	住所	電話番号
(有)鎌田水道工務店	高栄3-1-6	482-2140
株協和建設	高栄1-2-2	482-2369
(有)服部水道工務店	摩周1-2-1	482-1066
東陽設備(有)	大空町東藻琴392-14	0152-662753
大倉工業株	釧路市光陽町6-6	0154-245176
株共立	釧路市松浦町11-3	0154-220808
総合設備株	釧路市入江町7-27	0154-253116
太平洋設備株	釧路市春採5-16-17	0154-463474
後藤工務店(有)	釧路町若葉5-26	0154-362325
第一水道工業株	釧路市入江町8-5	0154-233414
株竹崎工業	別海町西春別駅前錦町200	0153-772144
協和建設工業株	別海町別海旭町131	0153-752240
(有)釧路設備工業	釧路市愛国西1-10-8	0154-373178
鋼管建設工業株	美里4-1-20	482-4217
東亜産業株	釧路市川端町6-12	0154-259801
株近藤建設	鈴蘭2-1-11	482-1060
株大栄電業	泉4-10-3	482-2677
株佐藤建設工業	高栄2-9-12	482-2357
株ホームクリニックオオサキ	釧路市若松町16-16	0154-310039
明盛建設株	桜丘3-1-6	482-1477
(有)細谷設備	中標津町計根別本通東5-20-1	0153-762626

問い合わせ先/役場水道課 ☎ 482-2942 (課直通)

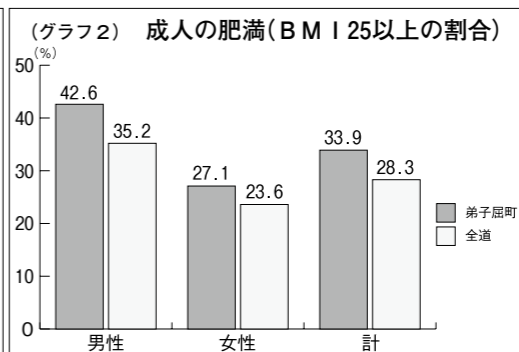
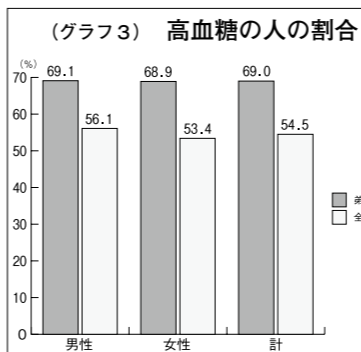
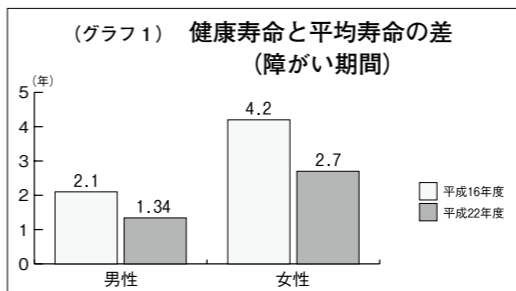
## 予防できる病気で倒れないために



今月の保健師  
岡田 彩子 さん

健康寿命は延びているもの  
 今月は「元気でしかが21(第二)次」計画の「生活習慣病・糖尿病・循環器疾患」についてお知らせします。  
 まず、生活習慣病に関する本町の特徴を伝えたいと思います。

寿命という言葉はよく聞かれますが「健康寿命」という言葉を聞いたことがあるでしょうか？  
 健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。  
 本町は平成16年度に比べ、平成22年度は健康寿命と平均寿命の差が小さくなっています。



生活習慣病の人が多いのです  
 一方で、特定健康診査の結果から次のような特徴がみられます。  
 ▼男性の肥満が多い。  
 ▼血中脂質、高血糖、高血圧、尿タンパクについて所見のある方の率は、男女ともに全道よりも高い。

「薬を飲んでいながら大丈夫！」と思っている方はいませんか？食事や運動の習慣を改善しないと、薬でいったん下がった数値も、徐々に上昇してしまいます。  
 生活習慣病は、初期のうちには自覚症状もありません。「手遅れになってから気づいた」とならないように、毎年、健診を受け、食事や運動の習慣を改善し、自分の健康を守りましょう。  
 高血糖の人が多く、肥満の人が多く、血中脂質、高血糖、高血圧、尿タンパクに所見のある方が全道と比較して多い。  
 この結果を踏まえて、町では特に高血糖の人が多く目に向け、重点課題にしています。  
 皆さんには、1年に1回健診を受け、自分の体のことを把握していただきたいです。健康は、そこから始まると思います。  
 所見有りになった方は、生活習慣の何がいけないのかを考えてみてください。

(表1) 内服の有無とHbA1cの有所見者

	~5.5%	5.6~6.4%	6.5~7.0%	7.1%~
内服あり	0.0%	25.0%	11.4%	63.6%
内服なし	33.2%	62.1%	2.8%	2.0%



最後に、行動に移してみてください。できることからいいのです。小さなきっかけが、10年後、20年後のあなたを変えてくれます。例えは、こんなき

「だから健康を得るきっかけを」  
 ①高血糖の人が多く。  
 ②肥満の人が多く。  
 ③血中脂質、高血糖、高血圧、尿タンパクに所見のある方が全道と比較して多い。  
 この結果を踏まえて、町では特に高血糖の人が多く目に向け、重点課題にしています。  
 皆さんには、1年に1回健診を受け、自分の体のことを把握していただきたいです。健康は、そこから始まると思います。  
 所見有りになった方は、生活習慣の何がいけないのかを考えてみてください。