

今回から3回シリーズで健康に関する情報をお届けします。第1回目は「**特定健診**」です。

平成20年度から生活習慣病予防に着目した健診となりました。曾於市の受診率は44%で、国の目標受診率65%に達していません。「毎年、健診を受けていますか？」と尋ねています。

なかには、1年ごとに受ける方や5年以上受けていないという方も。健診の受診方法として市の集団健診や個別健診、人間ドック、職場健診、かかりつけの医療機関などがあります。

車の車検のように、ぜひ**1年に1回はからだのメンテナンス**をしましょう！

〇〇・・・

毎年、健診を受けていますか？



①受診者数

	受診者数	受診率
男	1,435人	44.6%
女	1,780人	55.4%
計	3,215人	100%

受診率は、女性の方が高いようです。年齢では40代や50代の**受診率が低い**です。

「曾於 太郎」50歳！僕も受けた平成22年度の特定健診結果集計から、皆さんにぜひお伝えしたい結果についてお知らせします。参考にしてくださいね！



②血圧の状況(最高血圧140,最低血圧90以上)

	要指導以上の数	率
男	712人	49.6%
女	722人	40.6%
計	1,434人	44.6%

血圧の結果では、受診者の約半分の方は、注意が必要な人です。通院中の病気のトップも**高血圧**。コントロールしないと重症化のおそれも・・・。

③腹囲の状況(男性85,女性90cm以上)

	要指導以上の数	率
男	612人	42.6%
女	368人	20.7%
計	980人	30.5%

男性は2人に1人、女性は5人に1人がメタボと言われています。曾於市も全くそのとおりの結果が・・・。腹囲は**内臓脂肪**が蓄積していないかの目安になります。最近ズボンやスカートがきつくなったなあと感じる人は要注意！！

④HbA1cの状況(5.2以上)

	要指導以上の数	率
男	1,049人	73.1%
女	1,378人	77.4%
計	2,427人	75.5%

HbA1cについては、曾於市では特別に検査しています。今までの空腹時血糖と違い、飲食によって変動しないので、**糖尿病の確定診断や経過**をみるのに役立ちます。曾於市では、**4人中3人は注意が必要**という結果が・・・。食生活の改善と運動で十分コントロールできます。



脳血管疾患や心疾患、腎不全など通院や入院をされている方の中には、基礎疾患として糖尿病や高血圧症をもっている方がほとんどです。自覚症状がないため、放置されるケースも少なくありません。**重大な病気を引き起こす前に、健診を受けて病気の芽を早く摘み取りましょう！**

次回「あなたの健康！だいじょうぶ？②」は、がん検診の結果をお知らせします。