

自分の健診結果を必ず確認しよう！

令和5年度特定健診で、要指導や要医療に該当した人の割合（図1）をみると、BMIが25以上の人（肥満）の割合は28.8%です。また、収縮期血圧は52.2%、LDL（悪玉）コレステロールは56.6%、HbA1c（血糖）は61.9%となっており、半分以上の人が何らかの異常がある検査項目もあります。なお、LDLコレステロール以外の項目は、令和4年度より改善しています。

どの検査項目も、異常な値であっても症状はありませんが、放置すると血管や心臓に負担をかけたり、動脈硬化が悪化したりする要因となります。令和5年度は、令和4年度よりBMIが

改善されたことにより、血圧、血糖も改善しています。これは内臓脂肪の蓄積が血圧や血糖値を上げる要因となっているため、適正体重の維持がとても大切ということです。

令和5年度特定健診結果で検査値が医療機関の受診が必要な人で、未受診の人の割合は、7.8%です。この数値は、県が5.1%、国が4.9%なので、桑折町は、国・県全体より高い状況です。健診結果が届いたら、必ずよく確認する必要があります。健診結果の見方や医療機関を受診したらいいかどうか分からないなどありましたら、健康福祉課 健康増進係へご相談ください。

図1 令和5年度特定健診で、要指導や要医療に該当した人の割合

BMI（体格指数）



収縮期血圧（上の血圧）



LDL（悪玉）コレステロール



HbA1c（血糖）



Check

R6年度健診結果で検査数値に異常があった人へ

結果説明会（個別相談会）を開催します。予約の上ご相談ください。

11月18日（月）～11月29日（金）

健診結果を踏まえ、保健師や管理栄養士が皆さんの生活習慣をヒアリングし、体の仕組みを考えながら、生活習慣の中でどのような工夫が必要かを一緒に考え、サポートします。訪問指導や電話相談などを実施していますので、希望する人は、健康福祉課までご相談ください。

◆健診受診率

健診の受診状況（表1）は、コロナ流行前の令和元年度は57・4%ありましたが、令和2年度は、コロナによる自粛などもあり50・3%まで下がりました。令和5年度は、56・3%まで改善しており、対象者の約半分は受診している状況ですが、残り半分の人未受診です。1年に1回は健診を受診し、自分の健康状態を確認しましょう。



特定健診を受けると、普段見えない体の健康状態を数値で確認することができます。今回は、みなさんの健診結果から、町民全体の健康状態についてお知らせします。

特定健診の結果から見る町民の健康状態

確認しよう、特定健診の診断結果

受診率とメタボリックシンドロームの推移（税務住民課資料より）

表1	健診受診率	メタボ該当率			メタボ予備群率		
		全体	男性	女性	全体	男性	女性
R元年度	57.4	19.3	30.0	10.5	9.8	14.9	5.6
R2年度	50.3	19.4	28.9	11.3	11.2	17.6	5.7
R3年度	51.8	19.9	30.0	11.0	10.9	17.5	5.0
R4年度	53.6	21.4	31.6	12.6	10.8	15.9	6.3
R5年度	56.3	20.2	29.6	12.4	10.1	14.8	6.2

単位（%）

Check

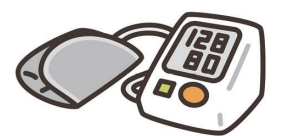
R6年度健診未受診者の人へ

今年度、特定健診が未受診の人は、**12月11日（水）に追加健診を実施**します。

9～10月の健診を受け忘れた人や最近健診を受けてない人は、ぜひ健診を受け、自分自身の健康状態を確認してください。

特定健診は、予約制です。健診を希望する人は、健康福祉課 健康増進係（☎582-1133）までご連絡ください。

次に、メタボリックシンドローム割合の推移（表1）ですが、令和4年度は増加しましたが、令和5年度は減少傾向にあります。男女別では、男性の約3割がメタボリックシンドロームに該当し女性の約2・5倍となっています。



告 告

告 告