



メタボリック症候群に着目した特定健診。今年度も生活習慣病予防を目的とし、継続して健診を実施いたします。

▼メタボリック症候群とは？
 腹囲（男性） 85センチ以上
 （女性） 90センチ以上
 これに加えて

- ① 高血糖（空腹時血糖 110mg/dl または HbA1c5.5%以上）
 - ② 高血圧（収縮期血圧が 130mmHg 以上または拡張期血圧が 85mmHg 以上）
 - ③ 脂質異常（中性脂肪値が 150mg/dl 以上または HDL コレステロール値が 40mg/dl 未満）
- ①～③のうち、
 2項目以上該当する方…メタボリック症候群該当者
 1項目該当する方…メタボリック症候群予備群
 となっています。

<表1> 平成22年度 メタボリック症候群判定結果

年齢	受診者数	該当者	割合	予備軍	割合
40～44歳	34	1	2.9	5	14.7
45～49歳	53	6	11.3	7	13.2
50～54歳	72	5	6.0	13	18.1
55～59歳	113	13	11.5	13	11.5
60～64歳	132	21	15.9	19	14.4
65～69歳	144	24	16.7	16	11.1
70～74歳	150	27	18.0	24	16.0
合計	698	97	13.9	97	13.9

メタボリック症候群に該当している方は、高血糖、高血圧、脂質異常が複数重なることによって、動脈硬化を引き起こし、心臓病や脳卒中といった命にかかわる病気の危険性が急激に高まります。では、剣淵町の実態はどうでしょうか？

▼1割以上がメタボリック症候群該当者

（表1）は、昨年度健診を受診した方のうち、メタボリック症候群該当者または予備軍の方の割合です。約3割の方がメタボリック症候群該当者または予備軍と判定を受けています。

40歳代で、すでにメタボリック症候群に該当している方もおり、若い頃からの生活習慣の改善が必要となります。

▼健診対象者の年齢引き下げ

昨年度は、一般健康診査の対象を35歳以上としていました。

しかし、若い頃からの健康保持・健康増進・生活習慣病予防を目的とし、今年度から対象年齢を20歳以上に引き下げ健診を実施いたします。

生活習慣病で治療を受けている方は40歳代から徐々に増え、50歳以上で急激に増加する傾向にあります。若いうちからの健康づくりを始めましょう。

※20歳～39歳の方で健康診断を受診する機会がなかった方は、ぜひ、今年度から定期的に受診しましょう。

しよう。6月のふれあい健診が対象となります。（20歳～39歳の方は、健康保険に関係なく、健診を受診することができます。）

▼昨年度の特定健診受診率

国保の特定健診対象者1,109人のうち、集団健診で671名、個別健診で14名の方が受診しました。（受診率61.8%）



町では、年度毎に健診受診者・結果等を把握しているため、平成22年4月～平成23年3月までに人間ドックや職場健診を受診された方は、受診結果をふれあい健康センター窓口へ4月中に提出していただきますよう、よろしくお願いたします。 ※平成22年度の受診率に反映されません。

ふれあい健康センター保健師