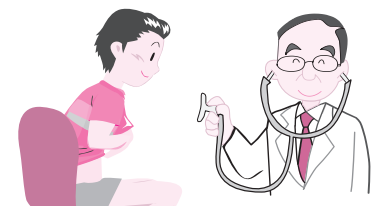


いつまでもいきいきと輝くあなたでいるために

若いうちから健診を受けましょう！

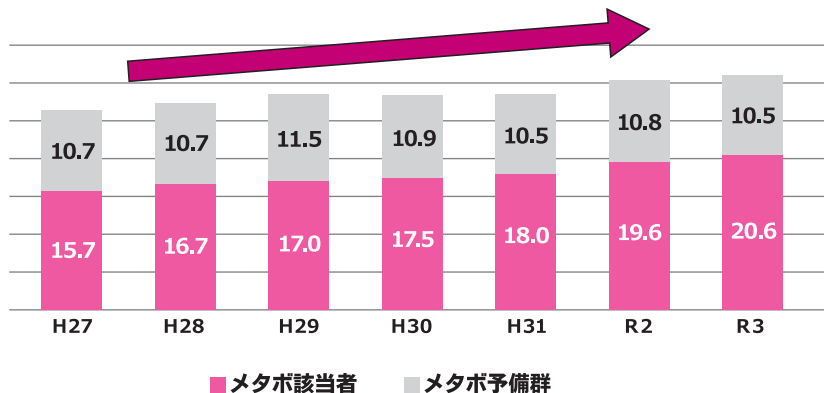


注意警報

メタボや生活習慣病が増加中！

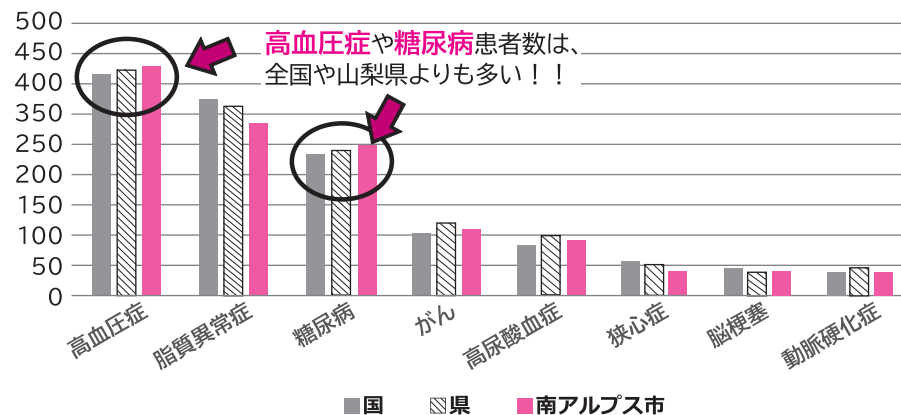
生活習慣病は、内臓脂肪型肥満が大きいかかわるものであるといわれています。内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖・高血圧・脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態をメタボリックシンドローム（メタボ）といいます。南アルプス市では、メタボ該当者が年々増え、高血圧症や糖尿病といった「生活習慣病」の患者数は、全国や山梨県平均より多く、その数は年々増加しています。

メタボ該当者及び予備群の年次推移



特定健診・特定保健指導実施結果報告より

患者千人当たり生活習慣病患者数(R3年度)



国保データベースシステム(KDB)より

高血糖や高血圧などを放置していませんか？

脳卒中や糖尿病、心筋梗塞等の生活習慣病は初期段階では自覚症状が現れにくい  
ため、体調が悪くなって受診したら深刻な状態になっていたというケースが少なく  
ありません。年1回は特定健診を受け、異常が見つかったら必ず受診しましょう。

高血糖で血管が傷つき動脈硬化に...

放っておくと...

高血圧が血管にダメージを与える！

脂質異常で血液がドロドロに...



脳卒中  
心臓病  
糖尿病合併症  
(網膜症・腎症・神経障害など)



健診後のサポート

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い方には、個別に  
専門スタッフ（保健師・管理栄養士）が生活習慣を見直すサポートをし  
ます（特定保健指導・健診結果説明会など）。

健診結果

生活習慣病になる  
リスクが高い！



サポート

あなたに合った  
生活改善のアド  
バイスが受けら  
れます！

