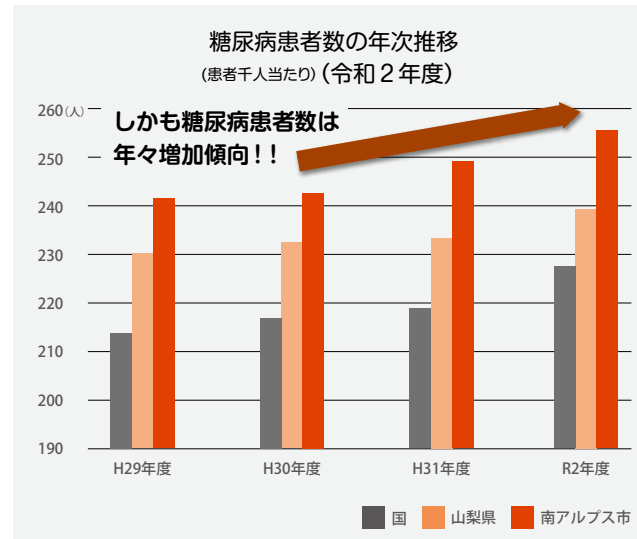
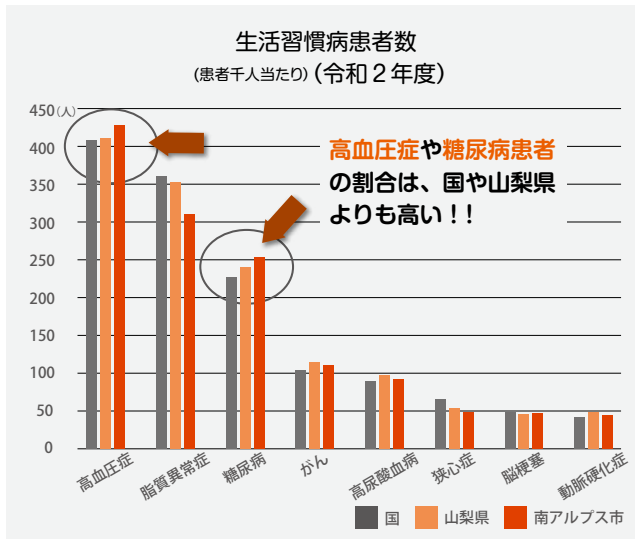
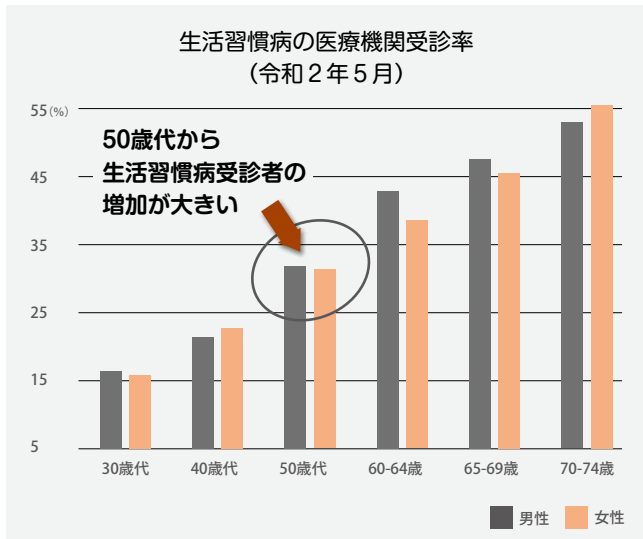


# 10年後もいきいきと輝くあなたでいるために 若いうちから健診を受診しませんか！



## 生活習慣病が増加中！

南アルプス市は高血圧症や糖尿病といった「生活習慣病」の患者数が国や県よりも多く、その数は年々増加傾向です。また、50歳代から生活習慣病で医療機関を受診する人が増加しているため、若いうちから健診を受けて、自分の体をチェックするようにしましょう。



KDBデータ (健診・医療に関連したデータ)

## 病気のキギは「動脈硬化」

生活習慣病は肥満(内臓脂肪の蓄積)が原因となって起こります。肥満を放置しておくと、高血糖、高血圧、脂質異常につながり、やがて、体中の血管が傷つき、ポロポロになっていきます(動脈硬化)。そのまま放置すると、最終的には脳卒中や心臓病などの重い疾患につながる場合があります。



## 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は、個別に専門スタッフ(保健師・管理栄養士)から生活習慣を見直すサポートを受けることができます。(特定保健指導・健診結果説明会等)。

