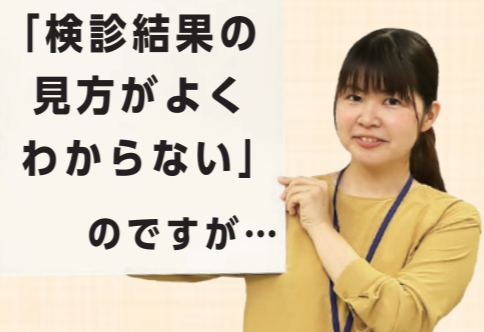


昨年から、健診結果の報告会を「集団」から「個別」に変更。保健師や管理栄養士が、健診結果表の見方や生活習慣の改善方法などお伝えします。以前は、「みんなの前で質問できない」「聞き逃してしまった」「結果の見方が分からない」などの意見もありましたが、個別報告会ならもう安心です。



このような意見が多く聞かれます

中山 美佳 保健師

結果報告会では次のポイントで検査結果をお伝え！
 ①結果に異常、または異常に近い項目はないか
 ②検査結果が昨年より悪くなっていないか
 ③改善したほうがいい生活習慣はなにか
 病気を発症重症化させてしまうと、治療に時間も医療費も必要です。この機会に早めの対策を！

基本健診・人間ドック

国保の健診

6月25日から健診結果の個別報告会がスタート！
 今月号では、昨年から変わった「個別報告会」についてくわしくお伝えします！

問合せ：保健福祉課 保険衛生チーム ☎ 22-3044

最近、ポッコリ飛び出したお腹が気になる落ち武者と、若さゆえ健康にあまり興味のないくわがガールズ。そんなある日、二人のもとに、先月受け方健診結果を知るための「個別報告会」の案内が届いた。二人の未来を大きく変えることになる壮絶な健康ドラマが、いま始まろうとしていた。



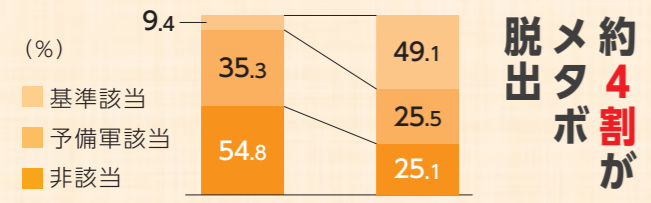
これまでのお話は広報きんこう 2019年2月号に掲載

健診は受けたあとがスタートです。健康な今こそ病気の芽を摘み取るチャンス。さあ報告会へ行こう！

5月から6月にかけて行われた基本健診の結果をお伝えする結果報告会を開催します。「異常がなかったから大丈夫」「受けたけど結果はよく見えない」などの声をよく聞きますが、結果をよく見ると生活習慣病が忍び寄り気配に気づくかもしれません。今、あなたの体に何が起きているのか。自覚症状がないのでなかなか知ることができない自分の体のこと。基本健診を受けて、結果報告会で自分の体を知ることが、将来の介護や長期入院、思わぬ発作の芽を摘むいい機会です。健康な未来は健診結果の活用から。ぜひこの機会に報告会に参加して、一緒に体に何が起きているのか確認してみましょう。

2 約4割がメタボ脱出

自覚症状のない今がメタボ解消のチャンス！特定保健指導（積極的支援）を受けた女性の約4割がメタボ改善という結果。（男性は約3割がメタボ解消）



厚生労働省「特定健診・保健指導の医療費適正化効果等の検証のためのワーキンググループ中間取りまとめ概要」H20～H21

メタボ脱出で健康な体を！



基本健診の結果判定には、メタボリックシンドローム（通称**メタボ**）に該当するかどうか判断します。74歳以下で「腹囲」と「血圧、脂質、血糖、喫煙」のリスクが重複している人が保健指導の対象者になります。

3 17.5% は未受診

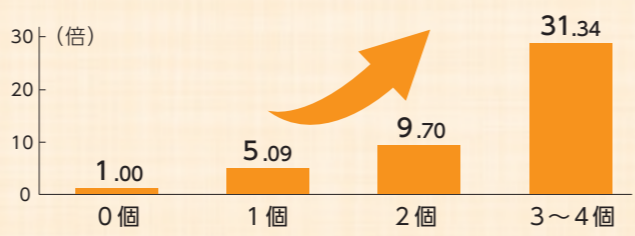
特定保健指導の健康効果は明らかなのに、受けた人は17.5%と低い結果。病気を発症・重症化させると治療に時間も医療費もかかってしまいます。

効果は分かっている、特定保健指導を受けた人は…
17.5% と低い



4 リスクは31倍

メタボとは、内臓脂肪の蓄積による肥満のこと。血圧や血糖、脂質に異常が起こっている状態です。リスクの保有数で心臓病発症の危険度は31倍にも！



リスク保有数（リスク＝肥満・高血圧・高血糖・脂質異常）

