



特集2

今がチャンス？

知る術は特定健診！



問 健康増進課 健康増進係 ☎75-3355

特集2

令和4年度の多久市国民健康保険の特定健診受診者のうち、4人に1人がメタボリックシンドロームに該当することが分かりました。佐賀県や国と比較すると、メタボ予備群・該当者の割合が高くなっています。これは将来における生活習慣病の発症や重症化の危険性を高める要因を持つ人が多いという心配な結果です。

【令和4年度メタボ予備群・該当者割合】

(資料：R4年度保健指導実践ツール)

(R3年度)

割合	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～74歳	多久市総数	佐賀県	国
腹囲のみ基準値以上	15.2%	13.5%	2.7%	2.5%	4.3%		
メタボ予備群	19.6%	18.6%	11.1%	12.8%	13.1%	12.3%	11.2%
メタボ該当者	9.8%	17.3%	25.5%	26.6%	24.4%	21.4%	20.3%

メタボ予備群：腹囲+脂質・血糖・血圧のうち1項目が基準値以上

メタボ該当者：腹囲+脂質・血糖・血圧のうち2項目が基準値以上

■知らないうちに動脈硬化が進行しているかも…

40～59歳まではメタボ予備群が多い一方で、60歳以上になるとメタボ該当者が多くなっています。

腹囲が基準値（男：85cm、女：90cm）以上になると全身の血管で炎症が徐々に進行します。さらに、メタボに該当すると動脈硬化の進行スピードが速まるので要注意です。

※動脈硬化…動脈の血管が固くなって弾力性が失われた状態のことです。これが進行すると血栓ができ、それが原因となって脳梗塞や心筋梗塞を発症することもあります

特定健診は自分の体の状態を確認できる年に1回のチャンスです。

健診結果をもとに生活習慣を改善し健康を維持することで、医療費の削減にもつながります。毎年必ず健診を受けましょう！

さっそく受けんば！特定健診

国民健康保険の加入者で対象となる人には、

6月初めに受診券が届きます

集団健診（多久市役所・各町公民館で受診）か個別健診（医療機関で受診）を選択できます。なお、集団健診は事前予約制で実施します。

（予約方法や日程、場所、健診内容など、くわしくは受診券と同封の案内通知を確認ください）

◎集団健診では、40歳以上の方は追加料金なしで心電図検査を受けることができます！

◎健診受診者に市内の加盟店で使える「おいでんさいお買物券500円分」をプレゼント！

