

# 肥満を予防・ 解消しましょう!

コロナの重症化  
予防のためにも

2021年11月発行

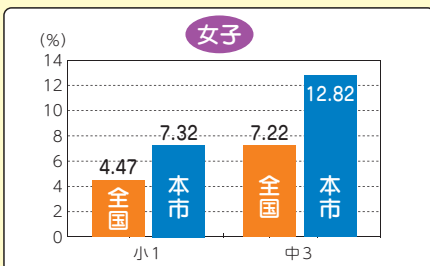
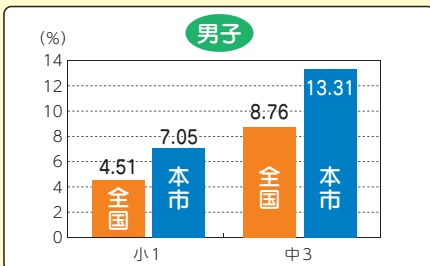
本市は、子ども・大人・高齢者、どの年代においても全国平均と比較して肥満の割合が高く、年々増加傾向です。肥満の原因は、過食・運動不足のほか、生活リズムの乱れや遺伝的体質など、様々な原因が考えられます。

## 本市の肥満の現状

### 子ども



令和元年度 学校保健調査における年齢別の肥満傾向児の出現率の比較

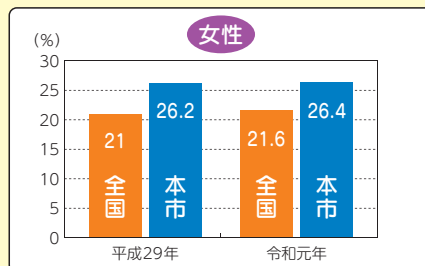
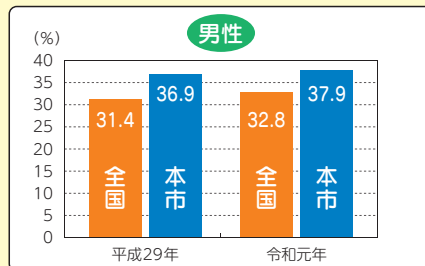


出典:令和元年度 学校保健調査(北会津支部)(統計)

### 大人



全国と本市における特定健診受診者(40~75歳未満)の肥満者(BMI25以上)の割合

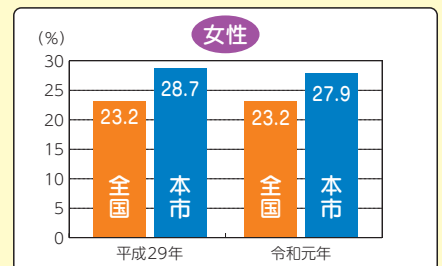
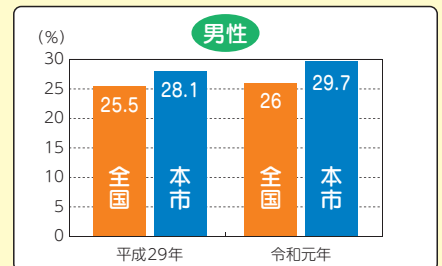


出典:国保特定健診受診者データ

### 高齢者



全国と本市における健康診査受診者(後期高齢者)の肥満者(BMI25以上)の割合



出典:健康診査(後期高齢)受診者データ

すべての年代において、  
本市の肥満の割合は全国平均を上回っています!!



肥満は、生活習慣病の発症にも大きく影響します。  
幼い頃から基本的な生活習慣を身に付けることは、大人になってからの「自らの健康を自ら守る力」につながります。  
肥満の改善は、何歳からでも遅くありません。この機会に、ご自身の生活習慣について見直してみませんか。



肥満を改善する  
方法が次のページに...

