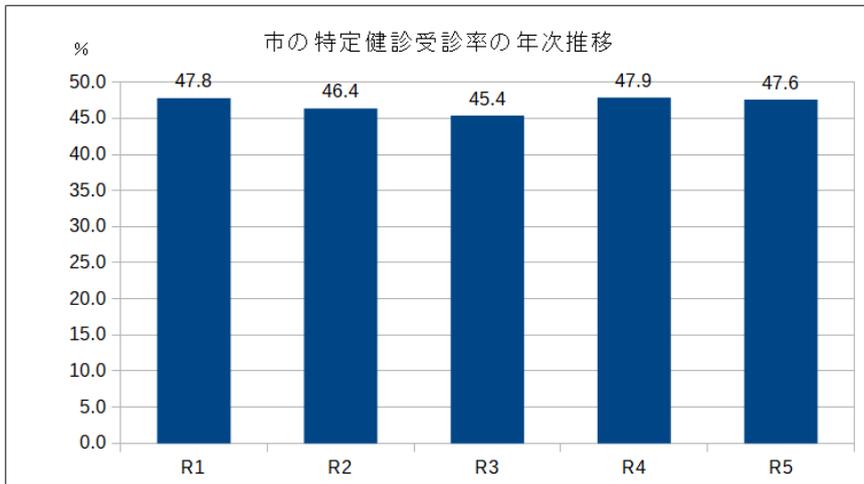


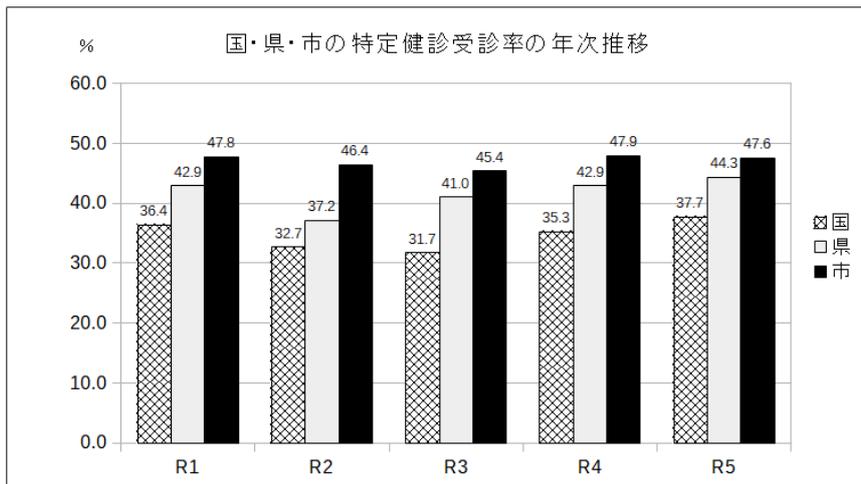
国民健康保険 特定健康診査結果編（令和5年度）  
 （出典：国保データベースシステム）

令和6年8月作成

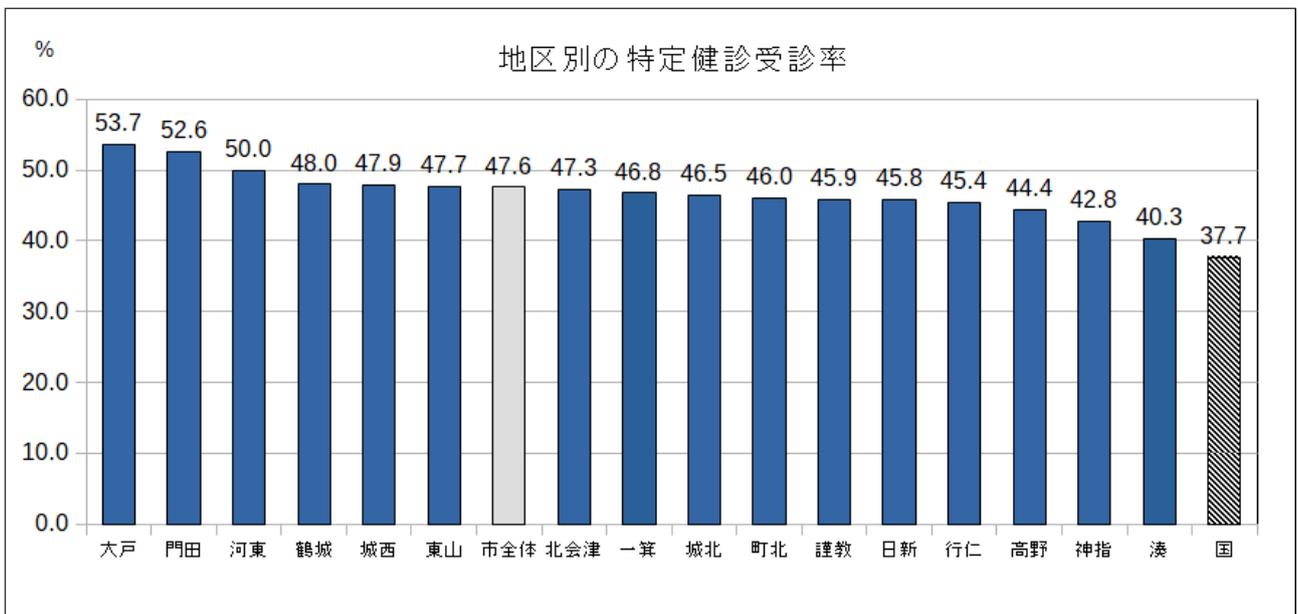
特定健診受診率（年次推移と県・国との比較）



近年はおおむね45～47%前後で推移しています。

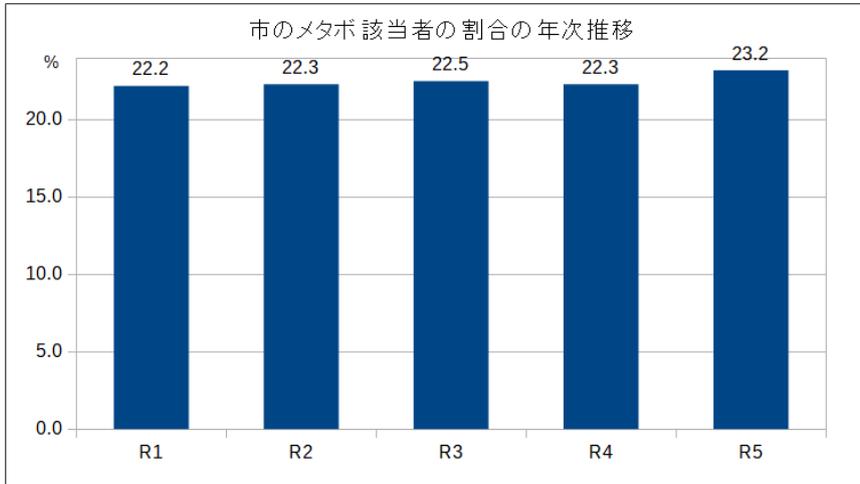


国の目標値は60%です。本市の受診率は国・県よりは高いですが、国の目標値には至っていません。



## メタボリックシンドローム該当者割合（年次推移と県・国との比較）

メタボは、血管を内側から傷め、動脈硬化が促進する状態です。動脈硬化は痛みなど自覚がないまま進行します。長年続くと、虚血性心疾患（心筋梗塞や狭心症など）、脳血管疾患（脳梗塞など）という大きな病気につながっていきます。



近年は22～23%程度で推移しています。

本市・県ともに国の数値を毎年上回っています。

厚生労働省が5年ごとに発表している都道府県別年齢調整死亡率（人口10万対）の福島県の順位（令和2年）

### 【急性心筋梗塞】

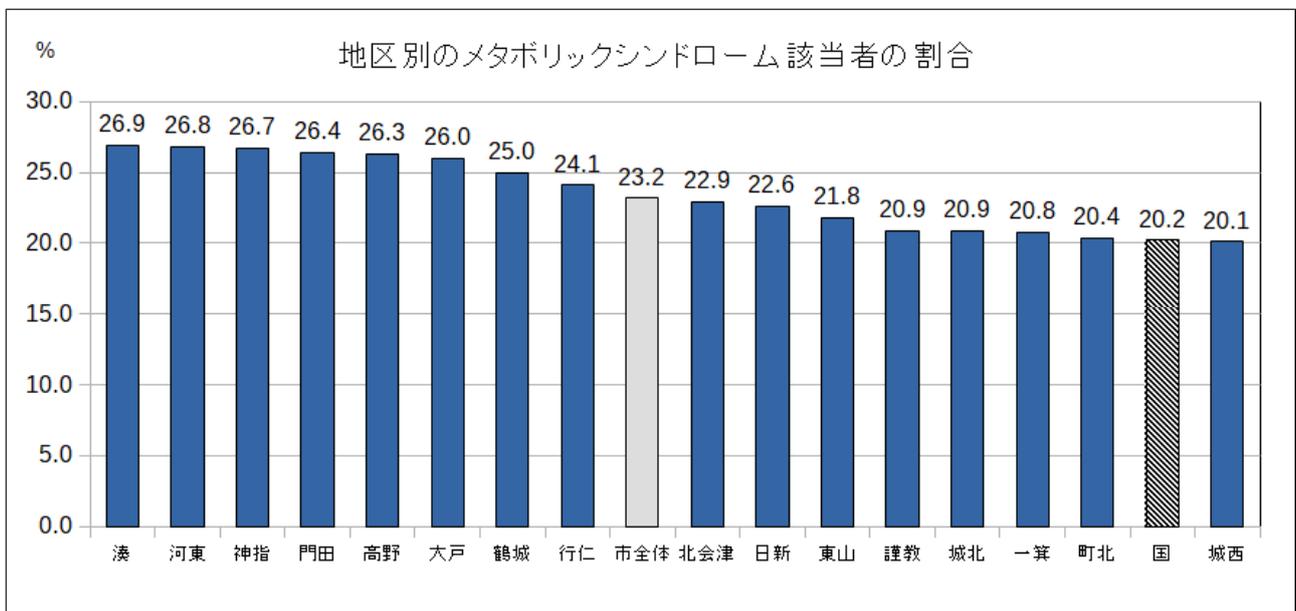
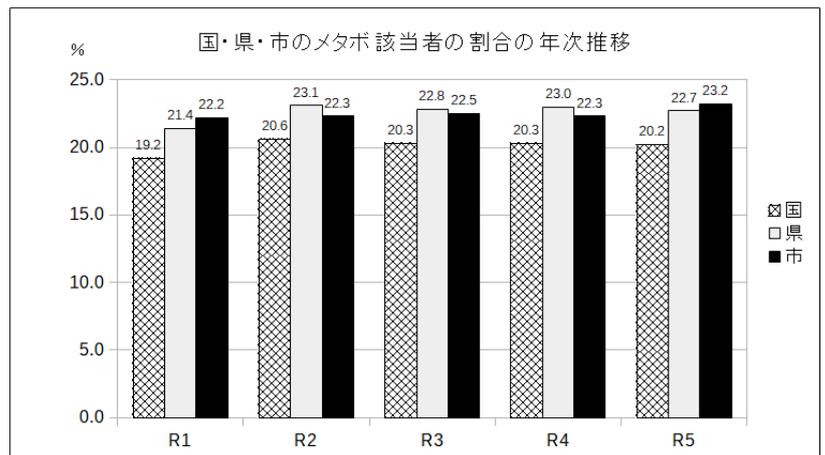
男性 ワースト 7位  
女性 ワースト 9位

### 【脳血管疾患】

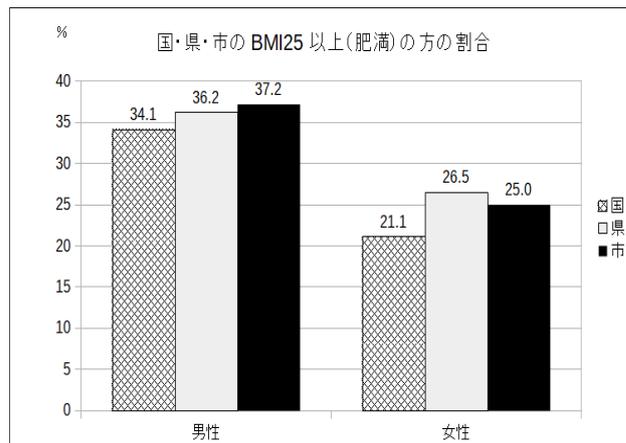
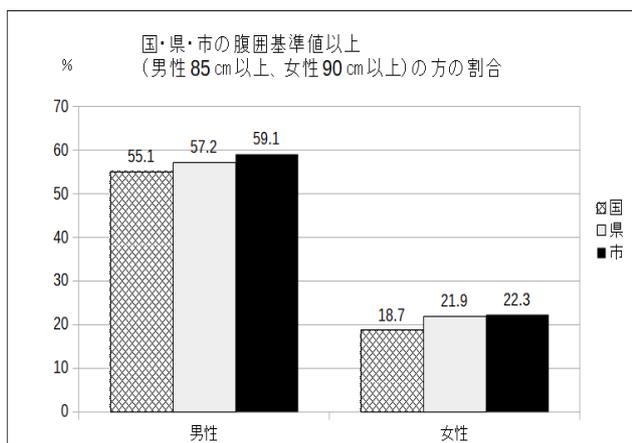
男性 ワースト 10位  
女性 ワースト 3位

### 【糖尿病】

男性 ワースト 5位  
女性 ワースト 1位



## 各検査項目の男女別、県・国との比較

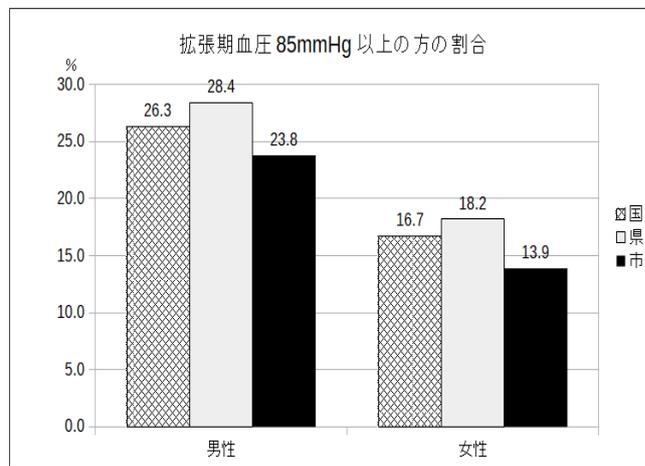
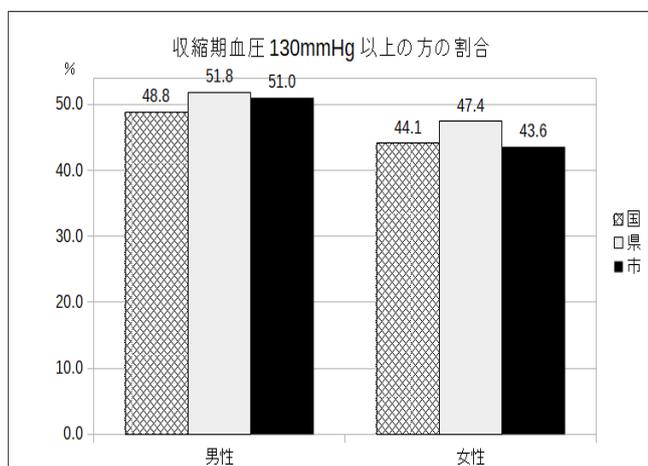


(メタボリックシンドローム診断基準 男性 85cm 以上、女性 90cm 以上)

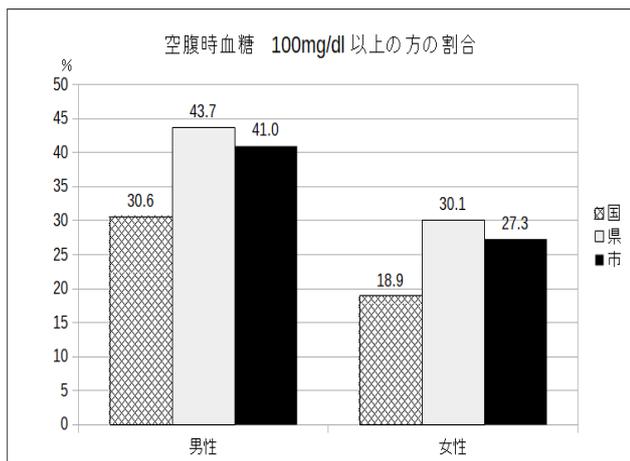
メタボの診断基準は、内臓脂肪面積 100 cm<sup>2</sup>に相当する腹囲です。女性は男性より皮下脂肪が多いので女性の方が 5 cm 大きく設定されています。

BMI (ビーエムアイ) : 体格指数といい、肥満ややせの度合いを示します。

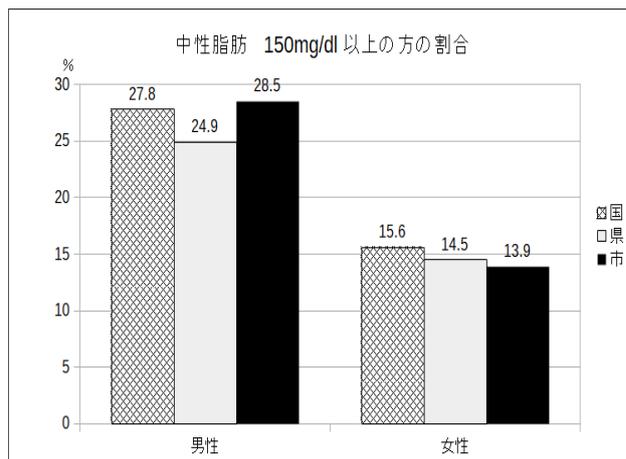
体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) で算出できます。



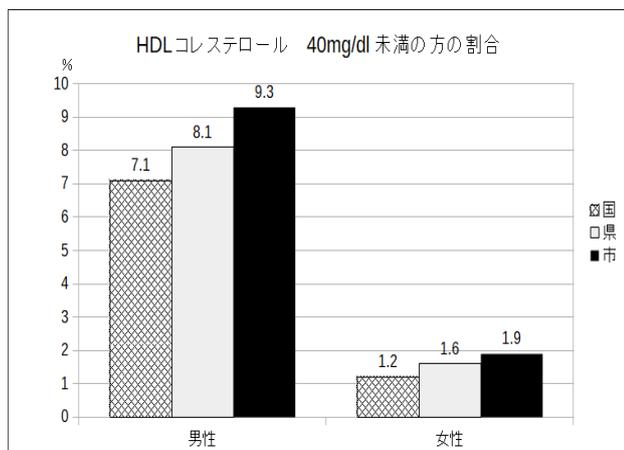
血圧は測定時ごとに変動します。朝が高い、夕方は高いなど、その人によって違います。朝と晩に血圧を測定してみましょう。



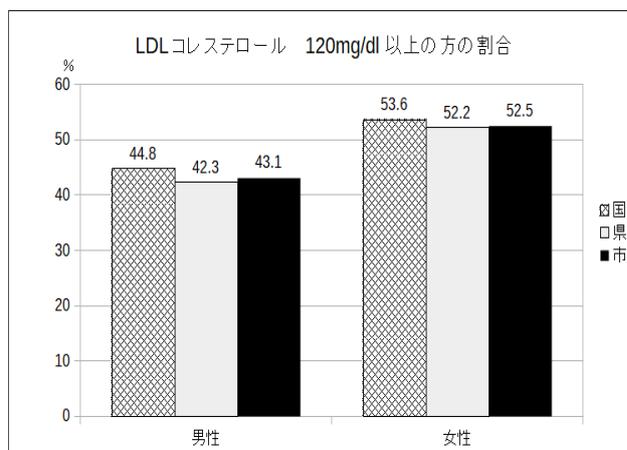
空腹時血糖値が高い人は、全国に比べて多い状況です。



中性脂肪は体内の重要なエネルギー源ですが、使われずに余った中性脂肪は体内に蓄積していきます。そのため内臓脂肪型肥満を招き、生活習慣病を引き起こします。中性脂肪が多くなる最大の原因は食べ過ぎや飲み過ぎ、運動不足によって、摂取エネルギーが消費エネルギーを上回ることです。



HDL コレステロールは、増えすぎたコレステロールを回収し、さらに血管壁にたまったコレステロールを取り除いて、肝臓へ戻す働きをします。増えすぎた LDL コレステロール（悪玉コレステロール）が動脈硬化を促進するのは反対に、抑制する働きがあるので善玉コレステロールといわれます。



LDL コレステロールが高いと、動脈硬化が進行します。自覚症状はなく、知らず知らずのうちに血管壁に潜り込んでプラーク（血管内にできるこぶ）を作り、血管を詰まらせる要因になります。心臓の血管で起これば心筋梗塞や狭心症、脳の血管で起これば脳梗塞につながります。

## 生活習慣の状況（問診項目）の地区別グラフ

