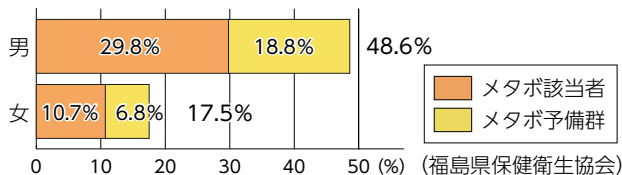


■特定健診を受診し、健康管理を！ ～令和6年度市特定健診受診結果～

《メタボ※1該当者と予備軍の状況》

市の特定健診受診者※2全体の31.6%がメタボ該当者・予備群と判定されました。男性は48.6%、女性は17.5%が該当者・予備軍となっています。

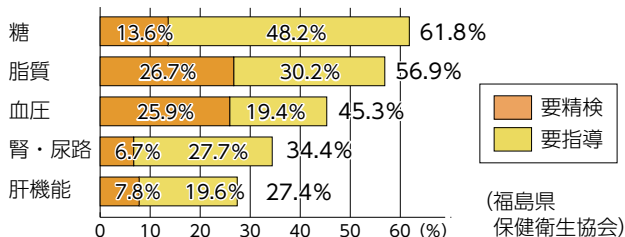


※1 メタボとは、内臓肥満や高血圧、脂質異常、高血糖などが合わさった状態のことで、糖尿病をはじめとする生活習慣病の前段階を示します。

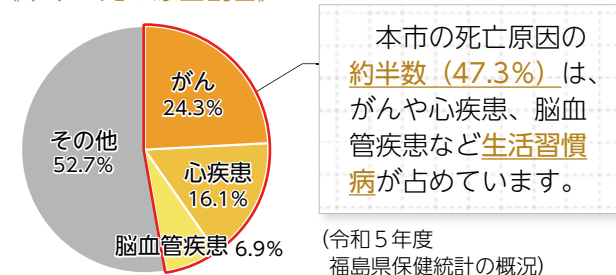
※2 特定健診は、国保に加入している40歳以上75歳未満の市民が対象です。令和6年度は、対象者8,066人のうち3,682人（男性1,670人、女性2,012人）が受診しました。

《検査項目ごとの判定結果》

糖尿病に関する「糖」の項目が最も高く、要精検と要指導を合わせると、61.8%となっています。



《本市の死亡原因割合》



高血圧や糖尿病などによる生活習慣病は、自覚症状がないまま進行する場合が大半です。

健診結果に応じ、医療機関の受診や生活習慣の改善を行いましょう。



■健康ポイント事業参加者募集！ ～楽しく気軽に健康づくり～

活動量計またはスマホアプリを使って、日々のウォーキングの歩数計測や体組成の測定、健康診査の受診などで健康ポイントがたまります！

ポイントは最大で5,000円分の賞品と交換できます。ぜひ健康と自分へのご褒美を手に入れましょう。

●対象者 18歳以上の市民（高校生を除く）

●参加費 1,000円（税込み）

※ポイント付与期間は12月31日(水)まで

●申し込み方法 申請書に必要事項を記入し、健康増進課窓口にお申し込みください。

申請書は市ホームページからダウンロードすることもできます。

健康増進課成人健康係 ☎2114



■7月1日から個別健診開始！

個別健診を希望する方は、各医療機関に予約のうえ受診してください（がん検診の自己負担金は400円～1,000円）。

すでに集団健診を受診した方は、個別健診を受診することができません。重複した場合、個別健診の料金が発生しますのでご注意ください。

※実施医療機関の連絡先など詳しくは「令和7年度市民健診のお知らせ（保存版）」または市ホームページをご覧ください。

※生活習慣病予防健診・大腸がん検診は、6月2日から実施しています。

健康増進課予防管理係 ☎2112



8月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	時間	会場	対象年齢
4日(月)	13:30～	中央保健センター	71～76歳
6日(水)		大信保健センター	
20日(水)	9:30～	東保健センター	40歳以上
22日(金)		表郷保健センター	
27日(水)	13:30～	アナビススポーツプラザ	40～70歳

【健康ポイント事業】 50ポイント 1回/月