

健診結果をしっかりとチェックし、身体のメンテナンスを行いましょう!!

# 健康づくりは総合健診結果の見直しから!

健診は、受けただけでは意味がありません。結果を受け取った時が本当のスタートです。結果から自分の身体の状態を知り、健康づくりの第一歩を踏み出しましょう。

## 見過ごさないで異常のサイン

昨年度に総合健診を受診した40歳〜74歳までの方の結果は【図1】のとおりです。  
 荊崎市のメタボリックシンドローム該当・予備群者は

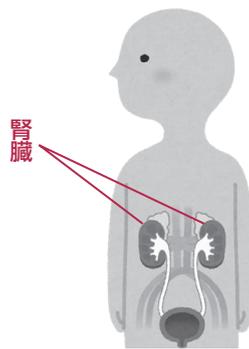
23.3%であり、これは県全体に比べて高い割合です。

## メタボリックシンドロームは慢性腎臓病(CKD)予備群!?

CKDとは慢性に経過するすべての腎臓病を指します。

20歳以上の成人の8人に1人はCKDと推測され、『新たな国民病』といわれています。CKDには自覚症状がほとんどありません。腎臓の働きを低下させる原因として、メタボリックシンドローム(メタボ)の症状である「高血圧」「高血糖」「脂質異常」があります。つまり、メタボの人はCKDにもなりやすい

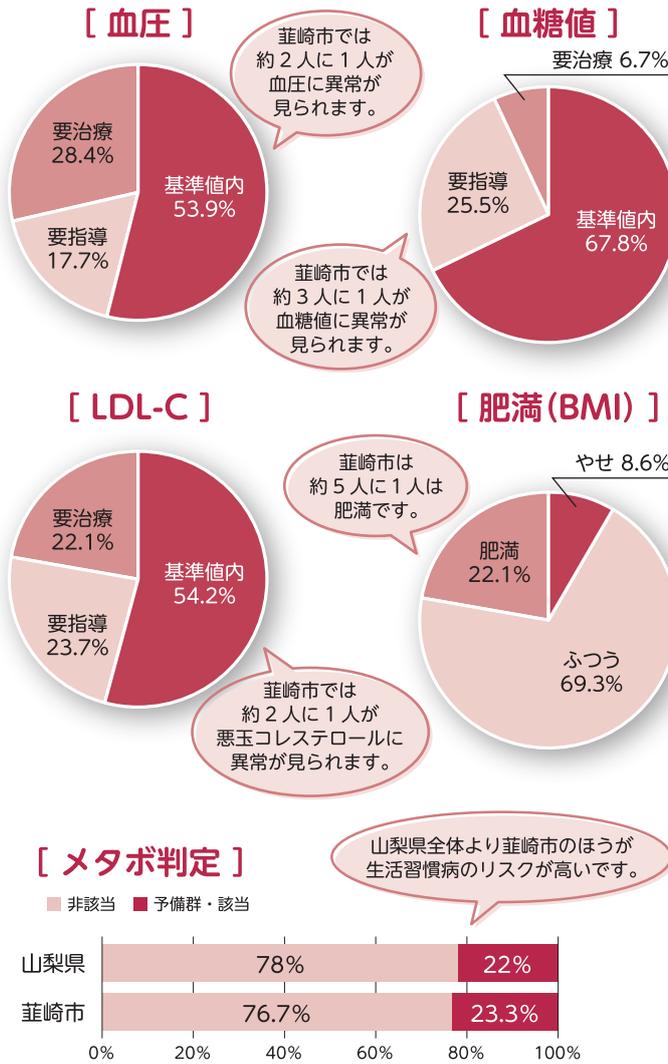
のです。腎臓は一度悪くなると、元に戻すことはできません。CKDを放置すると末期腎不全に陥り、透析治療や腎移植が必要になってしまふことがあります。CKDの発症を予防するためにも生活改善の必要があります。



## 総合健診の結果報告会が始まります!

今年度総合健診をお受けいただいた方への結果報告会の日程は「総合健診結果報告会日程」のとおりです。詳細については、総合健診の約1か月後に個別にご案内を送付します。また、75歳以上の方には、直接結果を送付します。結果の内容についてのご質問や相談は毎週月曜日と木曜日の健康相談にて対応します。

【図1】



## 【総合健診結果報告会日程】

総合健診		結果報告会	
受診場所	受診日	74歳以下	
		日程	会場
円野	7月10日(火)	8月27日(月) 午後	保健福祉センター
清哲	7月11日(水)		
神山	7月12日(木)		
旭	7月13日(金)	8月30日(木) 午後	
保健福祉センター	7月21日(土)	9月 3日(月) 午後	
東京エレクトロン	7月26日(木)	9月 7日(金) 午後	
荊崎文化ホール	7月27日(金)	9月10日(月) 午後	
保健福祉センター	7月28日(土)	9月13日(木) 午後	
	7月29日(日)	9月16日(日) 終日	
竜岡	10月 2日(火)	11月16日(金) 午後	
大草	10月 3日(水)	11月19日(月) 午後	
穂坂	10月 4日(木)		
保健福祉センター	10月20日(土)	11月30日(金) 午後	
	10月21日(日)	12月 2日(日) 午前	
東京エレクトロン	10月24日(水)	12月 6日(木) 午後	
荊崎文化ホール	10月25日(木)	12月 7日(金) 午後	
	10月26日(金)	12月10日(月) 午後	
	10月27日(土)	12月14日(金) 午後	
保健福祉センター	10月28日(日)	12月16日(日) 午前	
	11月10日(土)	12月20日(木) 午後	

\*該当の方は通知に記載されている時間帯をよくご確認のうえお越しください。  
 \*会場はすべて荊崎市保健福祉センターとなります。  
 \*75歳以上の方には、結果を送付します。結果についての相談は毎週月曜日と木曜日の健康相談にて対応いたします。