

特定保健指導はあなたの健康づくりを応援します

メタボリックシンドローム該当者の現状

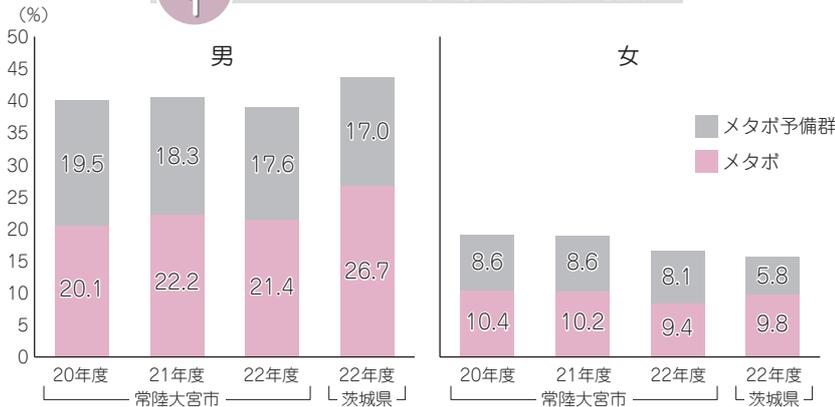
平成20年4月より、生活習慣病発症の前段階とされるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群。以下「メタボ」という）に該当するかどうかを検査するため、40歳から74歳以下の方を対象とした特定健診・特定保健指導が始まりました。この健診が開始されて以来、常陸大宮市の特定健康診査の受診率（国民健康保険加入者）は、毎年わずかに伸びてはいますが、目標値には到達していない状況で、22年度は目標値56.7%に対して51.1%でした。

メタボは、腹囲が、男性は85cm以上、女性は90cm以上の状態に加え、「高血糖」「高血圧」「脂質異常」のうちいずれか2項目以上が該当する場合をメタボといい、1項目該当する場合はメタボ予備群といます。

グラフ1は、20年度から3年間の特定健診受診者に対する、メタボとメタボ予備群該当者の割合の推移です。女性の割合については年々減少してはいるものの、22年度のメタボ予備群該当者の数値は、男女とも茨城県の平均より高い結果となっています。

また、平成21年度にメタボとメタボ予備群だった方は合計で686人で、うち、生活習慣を改善した結果、内臓脂肪が減少し、翌年に非該当となった方は182人います。（減少率26.5%）。しかし、グラフ1を見

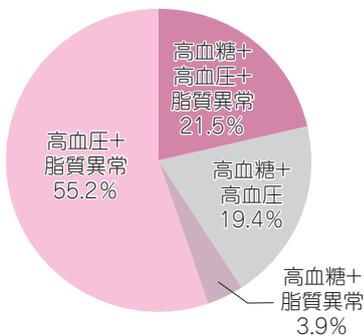
グラフ1 メタボとメタボ予備群該当者の推移



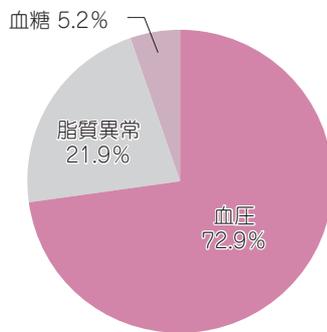
て分かるように、メタボとメタボ予備群該当者の割合に、毎年度ほとんど変化が見られません。その理由は、非該当となる方がいる一方で、新たに該当する方がいるためです。

グラフ2と3は、メタボとメタボ予備群該当者の内訳です。メタボ該当者で最も多いのは、「腹囲（男性85cm・女性90cm以上）+高血圧+脂質異常」の組み合わせで55.2%。メタボ予備群該当者で最も多いのは、「腹囲（男性85cm・女性90cm以上）+高血圧」の組み合わせで72.9%。

グラフ2 メタボ該当者の内訳



グラフ3 メタボ予備群該当者の内訳



さらに、特定健診受診者の治療状況を見てみると、高血圧、脂質異常症により治療を受けている方が多いことから、これら2つを予防することが今後の課題といえます。

毎年、必ず特定健康診査を受診して生活習慣を見直し、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）、高血圧、脂質異常等の予防に努めましょう。

■ 問い合わせ ■ 健康推進課 [総合保健福祉センター(かがやき)内] ☎54-7121