

～みんなですすめる 食と運動 あったか大作戦～

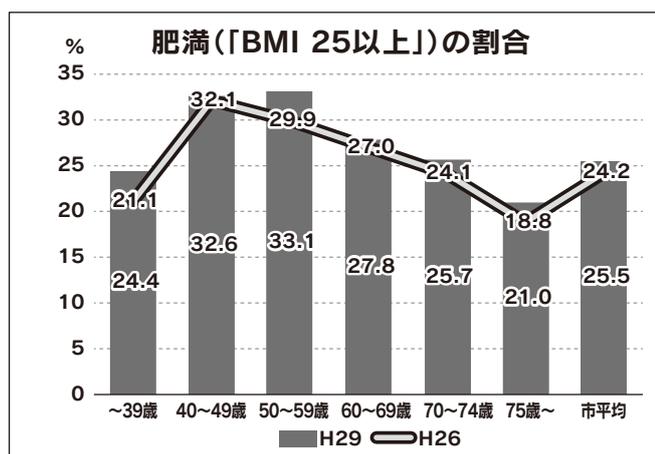


サイズ エス
「SIZE S」とは
S：佐渡で **I**：一緒に
Z：ずっと **E**：笑顔で **S**：住みたいな
 「より健康に暮らしたい」
 そんな期待を含めた脱メタボ作戦の名前です！

平成29年度 佐渡市特定健診・健康診査結果

平成29年度特定健診・健康診査結果から、生活習慣病（高血圧・糖尿病・脳卒中など）を発症している方が多くみられます。その背景として「幼児期からすべての年代で肥満者が多い」ことが理由の一つと考えられます。

「脱メタボで、健康寿命の延伸（元気で長生き!）」をめざし、食習慣と運動習慣を見直しましょう。

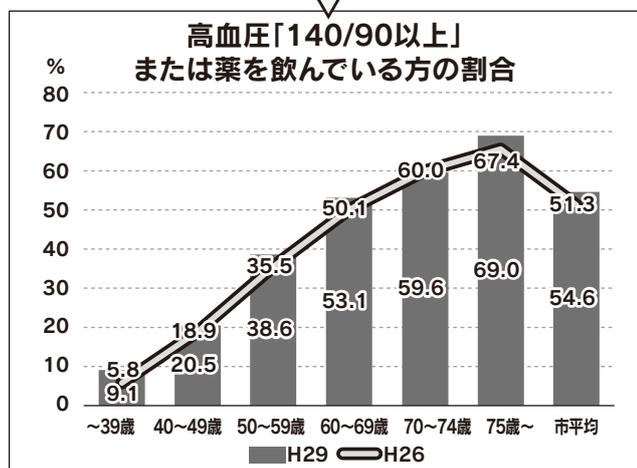


40～50歳代は約3人に1人が肥満傾向にあります。3年前（H26年度）と比較して、どの年代も割合が高くなっています。

県平均と比較しても「肥満」や「高血圧」、「糖尿病」の割合が高く、注意が必要です。

30歳代から高血圧の方が見受けられます。日ごろから減塩を心掛けましょう！

高齢者の割合が高くなっています。



「HbA1c6.5%以上」または糖尿病の薬を飲んでいる方の割合

