に該当した人は589人

「動機づけ支援」

(11・0パーセント)で

223人 (4・2パーセ 的支援」に該当した人は ト)で、そのうち「積極 全体の35・0パー 者は5356人(対象者

す。

も

少ない

まえて、

糖尿病、高血圧、慢性腎

60ミリリットル/秒体ろ過量(GFR)

迎えた本年度、平成20~21年度の

特定健診がスタートして3年目を 果をまとめました。また、市では、

平成21年度の特定健診の中間結

特定健診の市全体の健診結果を踏

慣病予防講座を開催します。

臓病(CKD)に着目した生活習

■問い合わせ先

[保医療課健診指導係

1 3 1



特定健診3年目を 迎

坐を開

の1つです。慢性腎臓肓臓病も、重大な合併取近注目されている慢 ーなどで実施している

昨年度からモデル的に実個別の健診結果相談会、 結果説明会で、施している地域 液データ

も、 を知

生活改善への取り組みをみ取り、身体状況の理解、 サ ポートしてきました。

解し、適正な食事や運動も、自分の体の状態を理ち、自分の体の状態を理る「自分の健康は自分で 健康むなかた21に掲げ

とです。 の取り過ぎから血糖値がばかり食べて、油や糖分 らと豆腐や納豆などタン 上昇したり、植物性だか ご飯を食 べず、 お

日日

程

内容、

申込締切

が上昇したり、果物の食清クレアチニンや尿酸値パク質の取り過ぎから血

つてこそできるこ

べ過ぎなどから中

液データや経年変化の読結果説明会で、自身の血施している地域健診後の

ど)もしくは、糸球がい(尿タンパクな病とは、「腎臓の障症の1つです。慢性腎症の

れています。 するもの」と定義さ が、3カ月以上持続 未満の腎機能低下 1・73平方メート

別や年齢、 します。 アチニン値から算出 (eGFR) は、 別や年齢、血清クレ(eGFR)は、性推計糸球体ろ過量

市の特定

が

ま た

療の有無に

かわらず

セン

59/拡張期90~

e G F R の低下と尿 市では、 生活習慣

比べ、治療中の人に病で治療なしの人に タンパクや尿潜血異

2カ月くらいの血糖値の HbA1cとは、過去 の割合が多い傾向にあり上のコントロール不良者 (HbA1c) 6·5以 の人が多く、さらに、へ モグロビンエーワンシー ハーゲ)以上の人の割合 I 度 (収縮期140~1 方、糖尿病は治療中 傾向にありま 99 ミリ

臓病の予防対策を進 性が叫ばれるなか、 性が叫ばれるなか、 である慢性腎 はないの重要 **めることはとても重** 臓病の予防対策を進 があります。生活習常の割合が高い傾向 要です。

保医療課で は、

ると、自覚症状がないま平均で、6・5以上にな

ミュニティ・セン 舞刀から、特定保

集計結果と比べると、市のです。県の平成20年度

は、

治療中

引き起こすといわ

血圧と糖尿病の実態をフ

ーチャートに表したも

ま

血管が徐々に痛み始

さまざまな合併症を

じ状況でした。

表1は、市の健診結果

特に着目すべき高

対象者の該当率はほぼ同 ント増加、特定保健指導 と、受診率は約2パーセ した。前年度と比較する

ます。

(表1)【平成21年度宗像市高血圧・糖尿病フローチャート】

受診者

治療中

5,356人/35.0% *福岡県(23.7%) *3疾患(高血圧・糖尿病・脂質異常症)のいずれかに該当する人で

1,708人 (31.9%) *福岡県 (33.0%)

高血	高血圧治療なし		高血圧治療中		
524人/30.7% (25.0%)			1,184人/69	9.3% (75.0%)	
68人	13% (18.2%)	I 度高血圧	311人 26	6.3% (35.1%)	
7人	1.3% (2.3%)	Ⅱ度高血圧	55人 4	1.6% (9.1%)	
1人	0.2% (0.4%)	Ⅲ度高血圧	8人(0.7% (1.6%)	
			*	()福岡県	

糖尿病治療なし 分類 糖尿病治療中 1,416人/82.9% (84.4%) 292人/17.1% (15.7%) 5% (3.5%) HbA1c(%) 6.1~6.4 61人 20.9% (19.4%) 65人 22.3% (20.8%) 2.5% (1.8%) HbA₁c(%) 6.5~6.9 1.5% (1.3%) HbA1c(%) 37.3% (31.2%) 7.0以上 109人 0.3% (0.3%) HbA1c(%) 8.0以上(再掲) 46人 15.8% (11.4%) *()福岡県

3,648人 (68.1%) *福岡県 (67.0%) 治療なし

I 度高血圧以上				
562人/15.4%(23.0)				
I 度高血圧	462人	82.2% (74.9%)		
Ⅱ度高血圧	77人	13.7% (19.9%)		
Ⅲ度高血圧	23人	4.1% (5.2%)		
(** **)		*()福岡県		

ティ・センターや市 各地区のコミュニ

	収縮期(mmHg)		拡張期(mmHg)			
I 度高血圧	140~159	または	90~99			
Ⅱ度高血圧	160~179	または	100~109			
Ⅲ度高血圧	≧180	または	≧110			

HbA1c6.1以上 209人/5.7% (4.7) 6.1~6.4 60.3% (39.7%) HbA1c(%) 126人 HbA1c(%) 6.5~6.9 33人 15.8% (20.0%) 50人 7.0以上 23.9% (40.3%) HbA1c(%) HbA₁c(%) 8.0以上(再掲) 24人 11.5% (23.5%) *()福岡県

*福岡県の数値は平成20年度実績

(2009高血圧診療ガイド) 質の適正量、低タンスがる講座です。でながる講座です。方法など、実践にのポイントや調理のポイントや調理のながるが、食材選びのながる。 感、一日のタンパク 内容や塩分の味覚体 ギーに見合った食事 自分の適正エネル

●場所 市民活 時30分実施 時1時間 午後1

ョナン第三ニトレー	します。	の実践講座を開	性腎臓病予防	る可能性の高	悪化に伴って重	圧、さ	え、糖尿病や	
		_	7.					

講病能件になる。	たりした人も にこれ たりした人も にこれ たりした人も たりした人も たりした人も	脂肪の上昇につない過ぎなどから中性上昇したり、果物の食	
日程	内容	申込締む	
11月16日(火)	講座1/糖尿病予防のための適正 エネルギー	11月 9日	
11月26日(金)	講座2/高血圧予防のための減塩 の実際	11月19日	
12月 7日(火)	講座3/慢性腎臓病予防のための 適正タンパク質量	11月30日	

切日 3(火) 日(金) 3(火)

健診指導係☎(36)1 ●参加費 1回100円 明記して、ファックス所②氏名③電話番号④所②氏名③電話番号④ (メイトム宗像)2階・ 同1時30分~同3 代、試食材料代) 市民活動交流館 午後1時受付開 平成20~21年度に相談の個別相談会です。 ださい。 ■予約方法 ぜひ相談会を利用してく でみよう」と思ったら、 す。「そろそろ取り組 タは順調に経過していま 取り組んだ人の血液デー 結果相談会を実施してい 会を利用し、生活改善に平成20~21年度に相談 ます。相談会は、予約制 を通して、特定健診後 保医療課では、

 λ

202会議室

(資料

331へ電話で予約す 健診指導係☎ (36) 1 国保医療課

(参考)

として参加してくだ ベルアップ実践講座 健診結果相談会のレ 役所で実施している

込む

(36)7015で申

◎健診結果相談会



管理栄養士です。見かけ 結果説明会、生活習慣病 た時は気軽に声をかけて 予防講座、訪問事業など ください。 で活動している保健師や 市の健診結果相談会や

さい

・申し込みが多い場合は りますのでご了承くだ 受講できないことがあ

生活

習慣病予防講座