

生活習慣病の予防のために

生活習慣病は、「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群」のことを指しており、糖尿病や高血圧症、脂質異常症などが含まれるとされています。



武蔵野市 保険年金課

〒180-8777 武蔵野市緑町2-2-28
0422-60-1834

あなたの 健康診査結果 に関するお知らせ



大切なあなたの健康を守るための
重要なお知らせです。



武蔵野市 保険年金課

内容を
ご確認ください。

自覚症状がないから大丈夫！ と思っていないですか？

令和5(2023)年度健康診査の結果、要注意の数値があり、

生活習慣病が疑われる方に
通知をしています。

高血圧

高血圧が続くと血管が硬くなり、脳卒中の可能性が高まります。

脂質異常症

悪玉コレステロールや中性脂肪が高い状態が続くことで血管が硬くなり、脳卒中の可能性が高まります。

高血糖

高血糖状態が続くと糖尿病等を発症し、最悪の場合、失明や透析となることがあります。

心臓病

狭心症
心筋梗塞

脳卒中

脳梗塞
脳出血

腎不全

このお知らせは令和5(2023)年度健康診査の結果に基準値を超える数値があり、令和6(2024)年2月までに医療機関を受診していない方を対象にお送りしています。

このお知らせと行き違いで既に受診済みの際はご容赦ください。



令和5年度のあなたの健康診査結果

に**要注意**な数値があります。



健診の結果表またはこのお知らせを
持参し、お近くの内科に
早めに受診してください。

厚生労働省 標準的な健診・保健指導プログラム「健診検査項目の保健指導判定値及び受診勧奨判定値」をもとに改変

検査項目(基準値)		検査結果(検査値)	リスク低	リスクあり	リスク大
血圧	最高血圧 (130mmHg未満)			130	140
	最低血圧 (85mmHg未満)			85	90
脂質	空腹時中性脂肪 (150mg/dl未満)			150	300
	LDLコレステロール (120mg/dl未満)			120	140
血糖	血糖 (100mg/dl未満)			100	126
	ヘモグロビンA1c (5.6%未満)			5.6	6.5

最高血圧・最低血圧：数値の高い状態が続くと動脈硬化が進行し、脳梗塞や心筋梗塞のリスクが高まります。

空腹時中性脂肪：LDLコレステロールを増加させ、動脈硬化が進行し、脳梗塞や心筋梗塞のリスクが高まります。

LDLコレステロール：悪玉コレステロールと言われ、動脈硬化が進行し、脳梗塞や心筋梗塞のリスクが高まります。

血糖：血液内のブドウ糖の濃度を示し、数値が高い場合には、糖尿病や膵臓癌の可能性があり。

ヘモグロビンA1c：過去1～2ヶ月の血糖の状態を示し、6.5%以上かつ(空腹時)血糖値が126mg/dl以上の場合には糖尿病と判断されます。