

## 肝付町民の健康状態

肝付町の国民健康保険の年度ごとの医療費や疾病状況をまとめた「町データヘルス計画」のデータによると、肝付町民は、メタボリックシンドロームに該当する人が多いということがわかっています。メタボリックシンドロームが進行すると、動脈硬化につながり、糖尿病、脳梗塞、心筋梗塞といったいわゆる「生活習慣病」を引き起こす原因となるとされています。

結果として肝付町は、医療費、65歳未満人口に対する65歳未満の死亡率が、全国・県の平均よりも高くなっております、特に医療費は、全国平均よりも10万円以上も高くなっています。

また、このことは、町の将来の介護保険などにも影響していきます。

R 2年度		肝付町	鹿児島県	全国平均
メタボリックシンドロームの割合		24.1%	21.8%	19.2%
一人あたりの医療費		411,612 円	405,444 円	307,548 円
65歳未満人口に占める 65歳未満の死亡率	男性	2.16%	1.65%	1.35%
	女性	1.52%	1.08%	0.65%

## メタボリックシンドロームとは

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満をきっかけに、脂質異常、高血糖、高血圧となる状態です。運動不足・食べ過ぎ等の積み重ねが原因である場合が多く、生活習慣を改善することにより将来的に病気を予防することにつながります。

## 健康診断の結果などから見る診断基準

脂肪型肥満を必須項目として、脂質異常・高血糖・高血圧のうち、2つ以上を合併した状態がメタボリックシンドロームとして該当します。

該当する値は以下の通りです。

## BMIの値から見る診断基準

BMIとは、ボディマス指数と呼ばれる、体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数です。

腹囲	脂肪肥満の計測目安	・男性 85cm 以上 ・女性 90 cm以上
脂質異常	次のいずれか、もしくは両方が該当する場合	・中性脂肪 150 mg /dl 以上 ・HDL コレステロール 40 mg /dl 未満
高血圧	次のいずれか、もしくは両方が該当する場合	・最高血圧 130 mm Hg 以上 ・最低血圧 85 mm Hg 以上
高血糖	空腹時血糖値	・110 mg /dl 以上

## BMIの計算方法

BMI = 体重 (Kg) ÷ (身長 (m) × 身長 (m))

## BMIから見る判断基準

BMI 値	18.5 未満	18.5 ~ 25 未満	25 ~ 30 未満	30 ~ 35 未満	35 ~ 40 未満	40 以上
判定	低体重	標準	肥満 1 度	肥満 2 度	肥満 3 度	肥満 4 度

統計上では、BMI 22 が一番病気になるににくいとされており、低体重（やせすぎ）も良くありません。