

循環器疾患^{※1}

※1 循環器疾患とは、全身に血液を循環させる臓器である心臓や血管などが正常に働かなくなる疾患のことで、高血圧・心疾患（急性心筋梗塞などの虚血性心疾患や心不全）・脳血管疾患（脳梗塞・脳出血・くも膜下出血）・動脈瘤などに分類されます。

現 状

循環器疾患のうち血圧においては、平成 17 年度の基本健康診査で高血圧の項目が要医療の人の割合が 24.5%であったのに対し、特定健康診査における収縮期血圧※2 の受診勧奨値以上の人の割合が平成 22 年度では 26.3%、平成 26 年度は 20.2%に下がっています。拡張期血圧についても、平成 22 年度の特定健康診査での受診勧奨値以上の人の割合が 8.1%であったのに対し、平成 26 年度の数值は 7.1%と減少傾向にあります。

循環器疾患のうち脂質においては、中性脂肪値※3 が受診勧奨値以上の人の割合が、平成 22 年度では 2.5%であったのが、平成 26 年度では 3.7%と増加しています。また、HDL コレステロール値※4 の受診勧奨値以上の人の割合については、平成 22 年度は 2.7%で平成 26 年度は 2.4%でしたので減少傾向にありますが、LDL コレステロール値※5 に関しては、平成 22 年度が 25.8%であったものが、平成 26 年度では 26.9%と増加しています。

血圧に関しては、改善傾向にあると思われませんが、脂質の分野は悪化傾向にあります。健診結果の数值が保健指導値以上の値にある人には、生活習慣病患者の増加を防ぐため、より効果的な保健指導等の支援が必要であり、基準値内の人には、引き続き健康状態を維持できるよう、今後も定期的な情報提供を行い、生活習慣病予防に関する啓発を行う必要があります。

この 1 年間で健診（検診）を受けたことのある人は約 80%でした。男女比では全ての年代で、男性の受診率が高い結果となっています。

※2 血圧（収縮期・拡張期）とは

心臓は収縮と拡張を繰り返し、絶えず全身に血液を送っており、全身に血液を行き渡らせようと心臓が収縮する時に最も強い圧力がかかる、これを「収縮期血圧」といいます。心臓が拡張し、循環した血液が心臓へ戻り、最も圧力が弱まる時を「拡張期血圧」といいます。適正值は収縮期（最高）血圧 129mmHg 以下、拡張期（最低）血圧 84mmHg 以下です。

※3 中性脂肪とは

血液中の脂肪の一種。基準を超える場合、動脈硬化や脳卒中、心筋梗塞等の疾患リスクが高まります。適正值は 149mg/dl 以下です。

※4 HDL コレステロールとは

血管内に付着するコレステロールを除去する働きがあることから、善玉コレステロールとも呼ばれ動脈硬化予防因子として働きます。適正值は 40mg/dl 以上です。

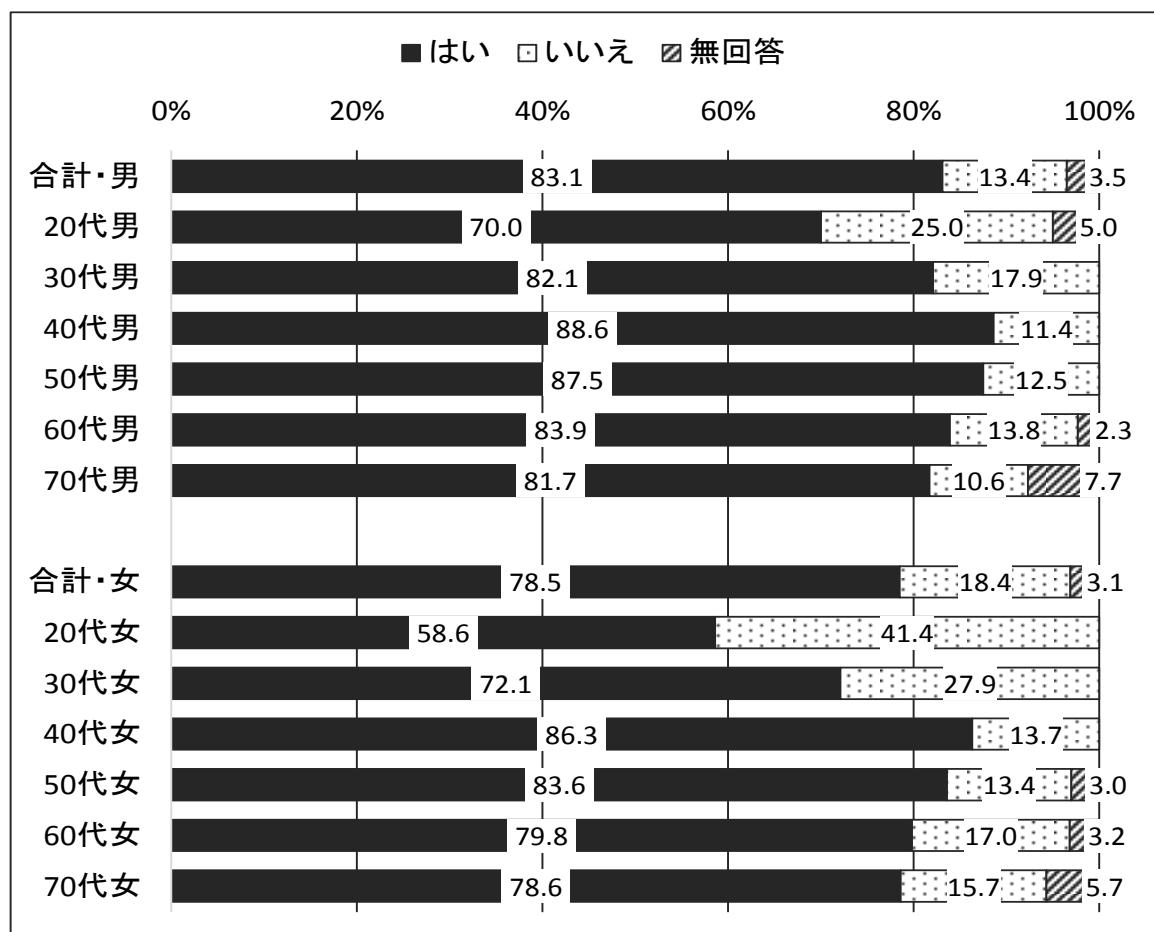
※5 LDL コレステロールとは

一般的に悪玉コレステロールと呼ばれており、肝臓から末梢組織へコレステロールを運搬する働きがあるため、基準値を超える場合、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞等のリスクが高まると言われています。基準値は 60～119mg/dl です。

（平成 26 年度福生市健診結果活用ガイド）

【福生市民の健康に関するアンケートより】

問 34) 最近1年に何かしらの健診を受診しましたか



課題

中性脂肪など脂質の分野が悪化傾向にある

- 健診結果の数値が保健指導値以上の値にある人には、より効果的な保健指導等の支援が必要であり、基準値内の人には、引き続き健康状態を維持できるよう、今後も定期的な情報提供を行い、生活習慣病予防に関する啓発を行う必要があります。
- 健康診査は自分の身体の状態を知る重要な機会であり、受診率の向上に向けてさらに健診の必要性をPRしていく必要があります。

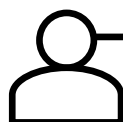
目標

- ◆血管年齢の若さを保ちましょう。

指 標

指 標	現 状	目 標
1 年間のうちに何かしらの健診（検診）を受けたことがある人の割合（問 34）	全体 80.5%	↑ 増やす
特定健診での血圧測定で受診勧奨値の人の割合	収縮期 20.2% 拡張期 7.1%	↓ 減らす
特定健診での脂質検査項目が受診勧奨値の人の割合（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール値）	中性脂肪 3.7% HDL 2.4% LDL 26.9%	↓ 減らす

取 組



一人ひとりが取り組むこと

- 年に 1 回は健康診査を受け、自分の体調を確認しましょう。
- 体重を量る習慣を付けましょう。
- 健診等で異常が発見された場合は早めに医療機関を受診しましょう。
- 日頃からバランスのとれた食事を取り、なるべく身体を動かすようにしましょう。
- 喫煙している人は禁煙にチャレンジしましょう。



地域で取り組むこと

- 医師会は健康診断結果をもとに生活指導を行い、必要な場合には治療あるいは専門医への紹介を行います。また、生活指導や治療を適切に継続します。



市が取り組むこと

- 若年健康診査、特定健康診査、特定保健指導、後期高齢者健康診査等を実施します。
- 地域の施設等に出向いて、保健師や栄養士による健康相談事業を実施します。
- 手軽に身体の状態を確認できる「ヘルスチェック事業（簡易健康チェック）」を実施します。
- 循環器疾患をはじめとする、生活習慣病等に関する情報提供に努めます。