

古賀市民の健康維持のために、今すぐできること～あなたの健康、守っていますか？～

1. 糖尿病医療費の多いまち“古賀”

●令和5・6年度の生活習慣病の医療費（古賀市）

	令和5年度	令和6年度
1位	糖尿病	糖尿病
2位	腎不全	腎不全
3位	統合失調症、統合失調型障害 及び妄想性障害	統合失調症、統合失調型障害 及び妄想性障害

医療費で
最も多い

(KDBシステム 中分類)

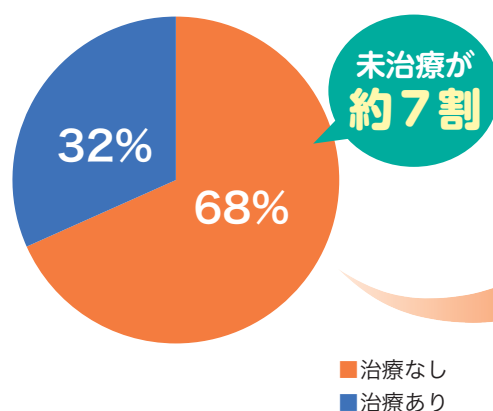
糖尿病は、運動や食事などの生活習慣の改善を含む適切な治療により、重症化を防ぎ、健やかな生活を維持することができます。しかし、治療を怠ると、脳梗塞や心筋梗塞などの重大な病気に繋がることがあります。

2. 高血圧の未治療者が多い現実 ～令和6年度特定健診結果から～



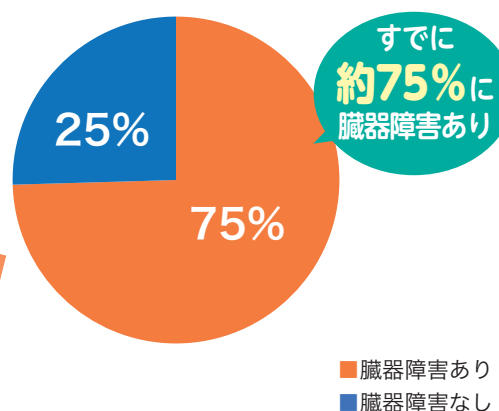
高血圧は、症状がないままに動脈硬化を引き起こし、心臓や脳、腎臓に大きな影響を与えるね。気が付いた段階で治療を受けることで、これらのリスクを大幅に減らせるよ。

高血圧Ⅱ度以上対象者の治療状況
(収縮期160mmHg以上、拡張期100mmHg以上)



未治療が
約7割

高血圧未治療者の実態



すでに
約75%に
臓器障害あり

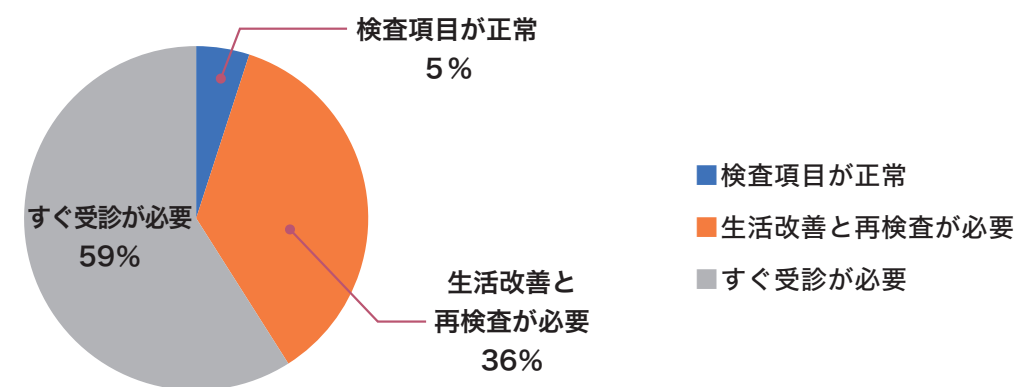
※臓器障害:血液検査や心電図、眼底検査において、腎臓・心臓・脳の血管等に負荷がある状態

3. 特定健診を受診するメリット 保健指導付で500円!!

- 健診は1時間程度、自己負担500円で受けられます。追加で、心電図や眼底検査を受けると、心臓の状態や眼底から見える血管の状態を詳しく知ることができます。
- 治療中の病気がある方でも受診でき、他のリスクを早期に発見するチャンスです。症状が出ていない段階でリスクを発見できるため、生活習慣病の問題を早期に解決できる可能性があり、医療費や身体の負担を減らせます。

特定健診の結果

令和6年度の特定健診では、2,556人中、約6割（59.2%）に治療が必要な状態でした。



4. 今すぐできる健康管理

- 特定健診を受けて、早期発見！
- 健診項目の判定に、「要二次検査」「要受診」があれば、自覚症状のないうちに必ず受診。
- 個別説明や結果説明会などを活用し、生活改善のポイントを一緒に考える。
- 未治療の方は、今すぐ治療を開始する。

健診を受け、気づいた今が行動を起こすチャンスです。自分の体を大切に、健康な未来を手に入れましょう！

保健指導

保健指導を受けるまでが健診です♪

筋肉量や脂肪量の測定、血糖測定、無料でできます



個別相談

一人一人の結果に合わせて、保健師・管理栄養士が相談に応じます

教室

脂質、血糖、血圧、減量等、様々なテーマでの教室を開催しています



保健指導を受けた市民のみなさんの声

●LDLコレステロールが高かったのですが、海藻などで食物せんいを摂ることを続けたところ、今年の健診で改善がみられました。

(50代 女性)

●血圧が高く、保健指導を受けました。病院に行くことをすすめられ、服薬を開始すると、すごく身体が楽になりました。相談してよかった！

(60代 男性)

●血糖値改善塾（糖尿病予防教室）へ参加したことで、自分の生活を振り返り、目標を立てることができました！継続は力なり！

(60代 女性)

★多くの人が健診と保健師・管理栄養士との面談をセットで利用しています。ぜひお気軽に活用してください♪