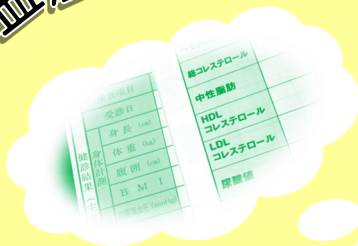


～特定健診で特定保健指導の対象になった方へ～

特定保健指導(無料)を 利用してみませんか

血圧が高い・血糖値が高め・中性脂肪の値が高い



食べすぎ

飲みすぎ

運動不足

喫煙

etc...

血管へのダメージが
心配です！

自覚症状のない今が、生活習慣を見直すチャンス！

生活習慣病予防 のため、専門スタッフが
生活習慣を見直すサポートをします。



生活習慣を
一緒に振り返り、
できることを
見つけましょう！

— 保健指導利用者の改善状況 —

翌年度健診での腹囲・体重

【腹囲】(平均)

積極的支援

-1.31cm

動機付け支援

-1.55cm



【体重】(平均)

積極的支援

-1.43kg

動機付け支援

-1.22kg

翌年度健診で
メタボ判定が改善した方

○メタボ該当からの改善

(R5メタボ該当→R6予備群・非該当へ)

・積極的支援

50.8%

2人に1人！

・動機付け支援

41.3%

2.5人に1人！

出典：令和5～6年度仙台市国保特定健診データ

次年度健診が
楽しみ！



仙台市

出典：令和5～6年度仙台市国保特定健診データ

※積極的支援…メタボリックシンドローム該当相当の方が対象

※動機付け支援…メタボリックシンドローム予備群相当の方が対象