

2月1日～7日は生活習慣病予防週間

メタボ、やっちならば！

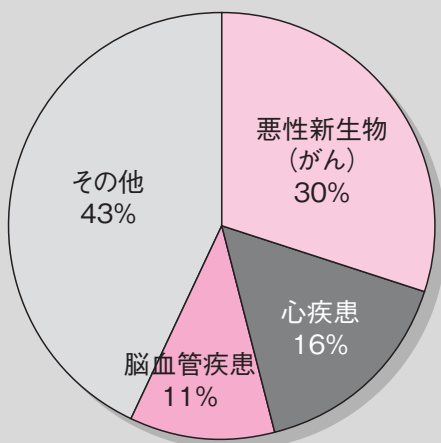
「最近おなかがでてきたなあ。メタボかな」と笑い飛ばしているあなた。この『メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）』は、放置しておくとも命に関わる病気へとつながるって知っていますか？

今年度から始まった特定健康診査・特定保健指導をお伝えしながら、メタボ予防について考えていきます。

生活習慣病とメタボの関係

毎日繰り返し起きている生活習慣によって引き起こされる病。それが生活習慣病です。生活習慣病は、日本人の死亡原因の約6割、国民医療費の約3分の1を占めています。そして、この生活習慣病を発症させる要因の1つとして考えられているのが、メタボです。

日本人の死因



資料：「平成19年人口動態統計(確定数)の概況」
(厚生労働省)