

～なるほど健康情報～

今月のテーマ：根室男性の健康度（健診結果から）



◆女性より健診受けない男性群

H17年度男性健診受診数は女性の約、半分です。

◆体重は40歳から右肩上がりです

H17年度健診結果では男性の40代で3.5割、50代では4割が肥満です。しかも、肥満者は女性では減少ぎみですが男性はむしろ増加傾向にあります。

◆男性はやっぱりお酒好き

男性の4割は毎日飲酒しており、時々飲酒の方と合わせると6.5割の方に飲酒習慣があります。

一方、女性の飲酒習慣は1.7割にとどまります。

この状況の影響か肝機能低下は女性の3～4倍高く、尿酸値異常に至っては女性の15～20倍の出現率となっています。

◆男性は血糖・血圧が上昇し、

女性より早めにメタボリック該当

女性は60代からメタボリック症候群が増加するのに対し男性は10年も早く50代から増加しています。しかも体重や飲酒習慣と関連するリスク項目の血圧・血糖が上昇しています。日々の生活習慣は確実に体に影響します。

◆でも男性は喫煙者が減少中

女性では喫煙者のあきらかな減少傾向はみられていませんが男性ではヘビースモーカー以外の喫煙者は減少してきました。

◆男性は決意も固く積極行動

喫煙者の減少にもみられるように男性は必要性を理解され一旦健康行動を決意すると積極的・継続的に実践されることが知られています。

まず、ご自分の健康状態を健診などで把握され、改善すべき点がありましたら持ち前の強い実行力を発揮し生活改善に取り組まれるよう、おすすめいたします。
(保健師 福田典子)



人の動き	平成20年5月1日現在
	前年同月比
人口	30,627人 (-499)
男	14,671人 (-241)
女	15,956人 (-258)
世帯	13,111世帯 (-19)
4月の誕生	18人 (-2)
発行・印刷 根室市役所総務課・根室印刷(株)	

うをを華島■い活■
かを問語麗の笑つ気鮭
し、違りな草顔のにに鱈
んで植えか花花に溢れの
でみ図よける々も誘にか出
ては鑑うく一斉れる私漁
はいもなれ輪咲が浮たに
かが緒礼す。が輪、の根
でにがが始に、ちの室
で散なが名優め、の顔の街
よ策い前し、半もも

編集後記

**「広報ねむろ」「根室市ホームページ」
広告を募集します(有料)**

詳しい内容等につきましては、下記の問合先までご連絡ください。

問合先
「広報ねむろ」
根室市役所総務部総務課広報広聴担当 ☎(23)6111番 内線2213
「根室市ホームページ」
根室市役所総務部情報管理課情報管理担当 ☎(23)6111番 内線2340