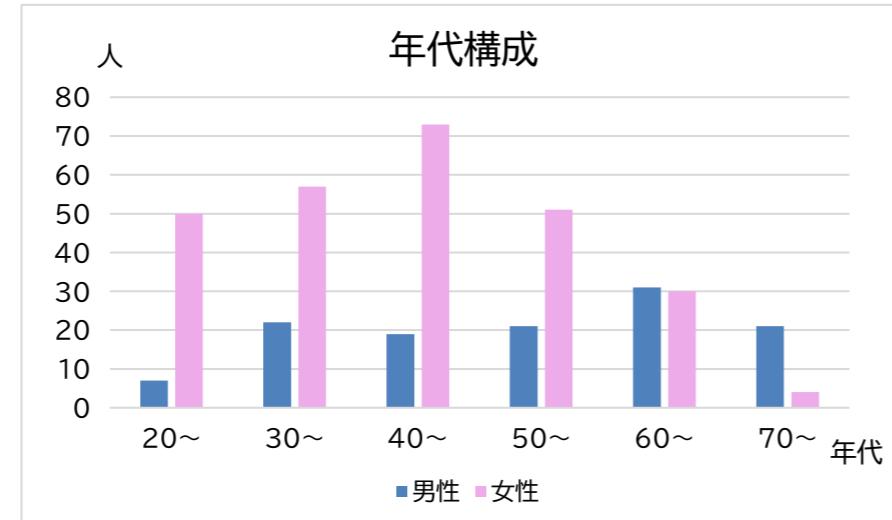
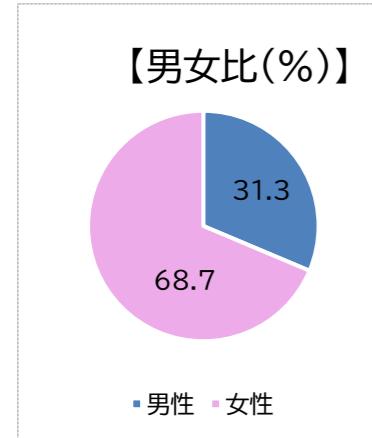


公益財団法人中国労働衛生協会

健康診断結果集計(健康診断実施期間:令和6年9月2日～令和7年3月4日)

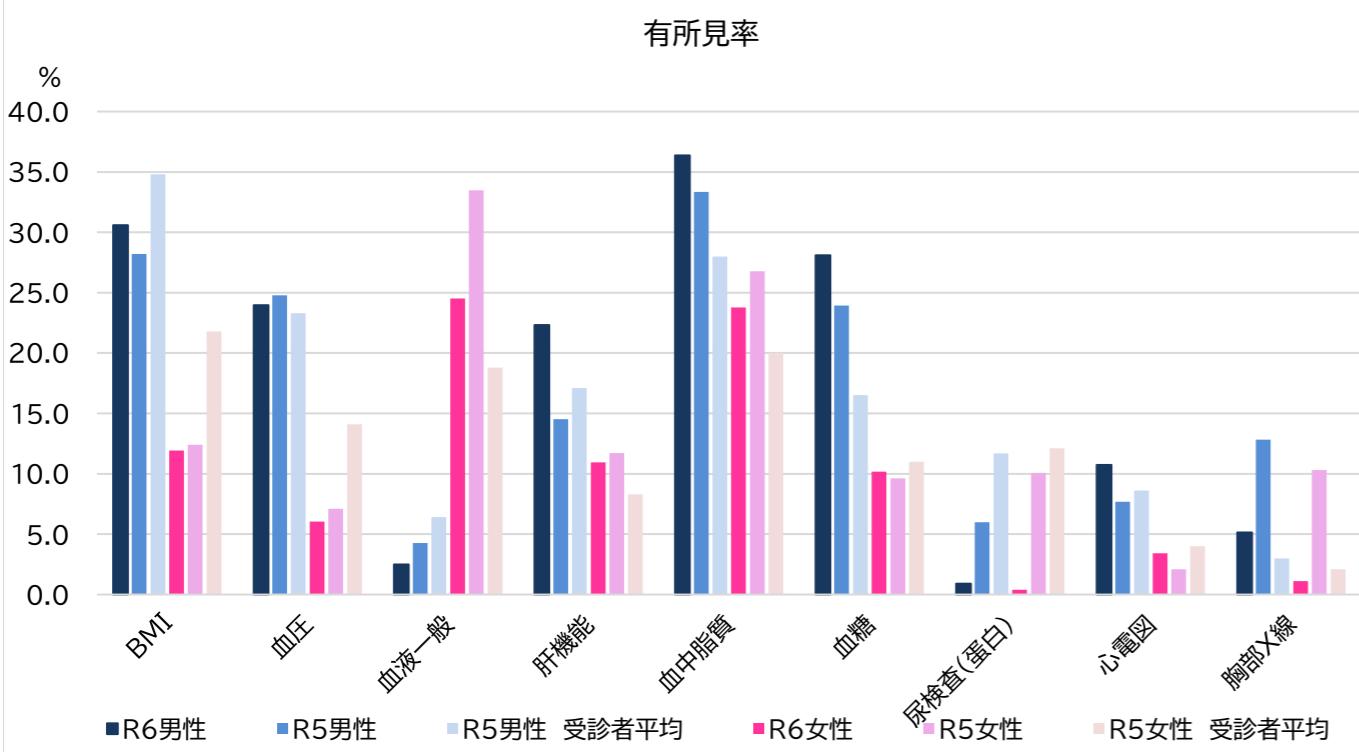
R6年度受診者数 386 人

1. 性別・年代構成



2. 有所見率の比較

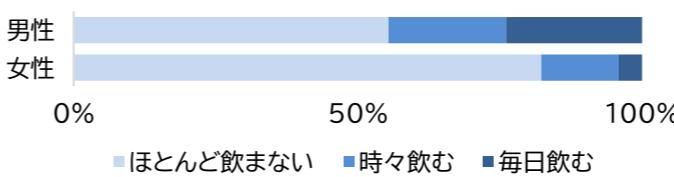
	BMI	血圧	血液一般	肝機能	血中脂質	血糖	尿検査(蛋白)	心電図	胸部X線
R6男性	30.6	24.0	2.5	22.3	36.4	28.1	0.9	10.7	5.1
R6女性	11.9	6.0	24.5	10.9	23.8	10.2	0.4	3.4	1.1
R5男性	28.2	24.8	4.3	14.5	33.3	23.9	6.0	7.7	12.8
R5女性	12.4	7.1	33.5	11.7	26.8	9.6	10.1	2.1	10.3
R5男性 受診者平均	34.8	23.3	6.4	17.1	28	16.5	11.7	8.6	3
R5女性 受診者平均	21.8	14.1	18.8	8.3	20.0	11.0	12.1	4	2.1



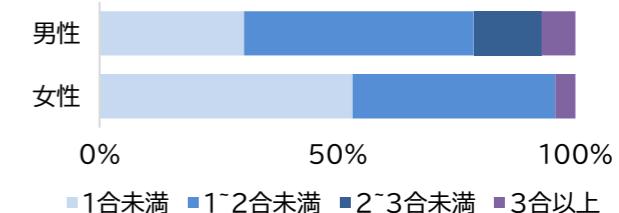
<コメント>
男性は、BMI ≥ 25 、血中脂質、血糖、肝機能検査の有所見率の上昇がみられ、一層の生活習慣の改善が必要である。夕食が遅くなる時の分食や食事内容・量の配分、座位時間の軽減、運動習慣の定着が必要である。女性はHb、フェリチン値が低値の職員への鉄剤配付の効果により、貧血検査の有所見率が減少したと思われる。

3. 問診結果

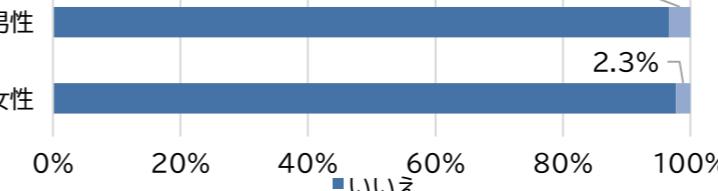
【アルコールを飲みますか】



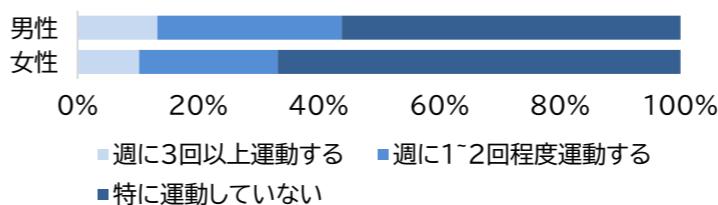
【一回の飲酒量はどのくらいですか】



【タバコを吸いますか】



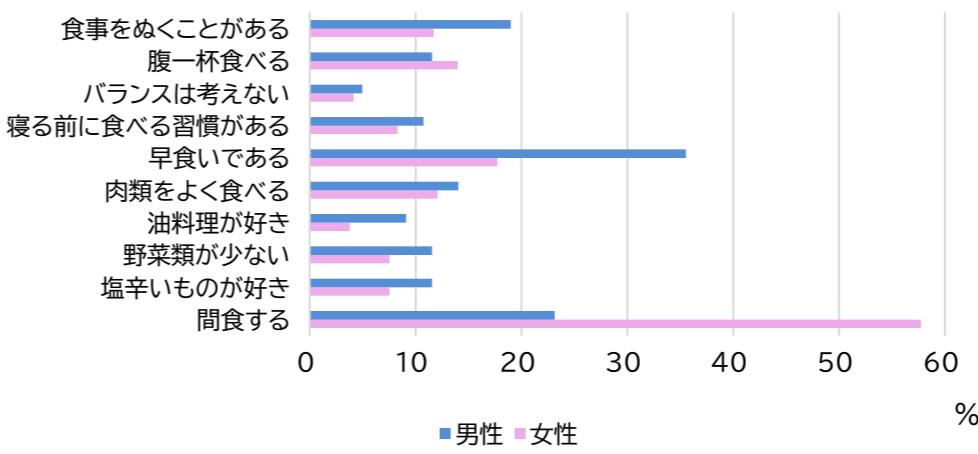
【運動をしていますか】



【週に1回以上運動している人】



【食習慣】



<コメント>

アルコールを、毎日2合以上を飲む人は節酒の必要がある。毎日3合以上の人気が若干名おり、早急に改善が必要である。運動している人は、昨年より1.4%減少し36.5%であった。女性の方が運動ができていない傾向は以前から変わっていない。運動している人の割合は漸減しており、身体活動量のアップを図るために、日常生活の隙間時間にスクワットやストレッチ、立つ、歩く、階段を使うなど積極的に動くことを意識することが必要である。また、協会の施策としては、週に1日「ノーギャバデー」を設定し、早く帰宅し早めに夕食を摂り、食後に運動をする。食後の運動は血糖値の急激な上昇を抑える効果があり、「ノーギャバデー」を休肝日に設定すれば高血糖対策に限らず、肥満、脂肪肝対策などに有効と思われる。