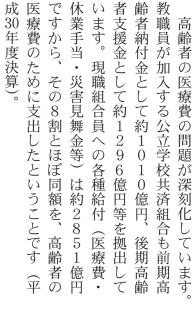
特定保健指導のすすめ

一石 「井 県教育庁福利課長

石井美由紀





高齢者となった時、自分や家族のため、そして現役世代の医療費負担を減らすためにもして現役世代の医療費負担を減らすためにも健康であることが重要ですが、その最大の阻健全な生活の積み重ねにより内臓脂肪型肥満となり、それが原因で引き起こされることがとなり、それが原因で引き起こされることが多く、バランスの取れた食生活と適度な運動多く、バランスの取れた食生活と適度な運動を表しているがります。

め、教職員(40~74歳)は、これらを受けれ間ドックや職場の健康診断の項目と重なるた健康診査」(いわゆるメタボ健診)です。人この内臓脂肪型肥満に着目したのが「特定

立する基盤となることでしょう。 うですが、専門職から個々に応じた助言を受 ボを気にしつつも指導を受けない方も多いよ ない」「自覚症状もない」等の理由で、メタ くさい」「わかっていることを指摘されたく %しかこれを実施・完了していません。今す 定保健指導の対象者ですが、そのうち3・5 学校共済組合の現職組合員の約18・7%が特 制度が始まって約10年、 がサポートするのが、「特定保健指導」です。 スクが高い人に対して専門職 現在の生活を見直し、健康的な生活習慣を確 け目標と期間を設定して行う特定保健指導は ぐ命にかかわるものではないため、「めんど 特定健康診査の結果、 生活習慣病の発症 平成30年度は公立 (保健師等)

でみませんか。にも特定保健指導にもっと積極的に取り組んために、そして後輩たちの負担を減らすためために、そして後輩たちの負担を減らすため生活習慣病を予防し「健康寿命」を延ばす