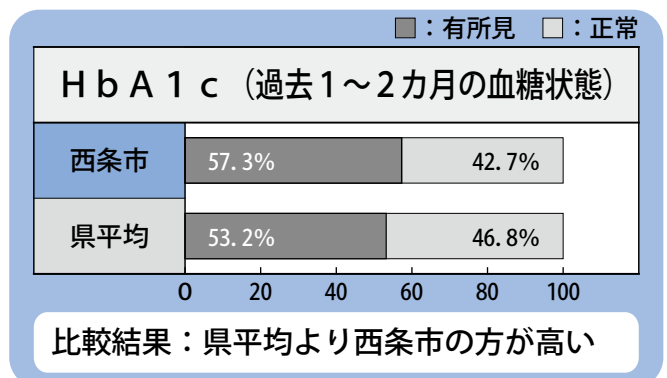
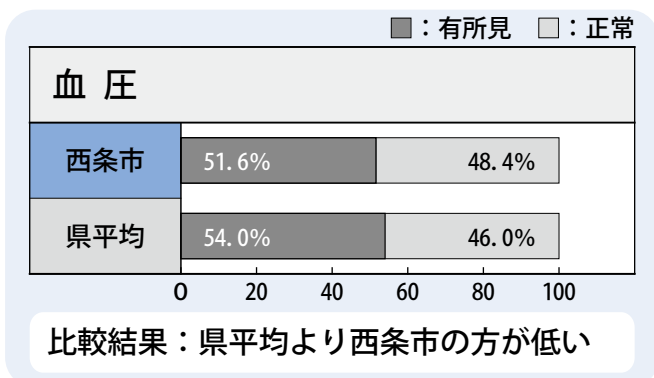
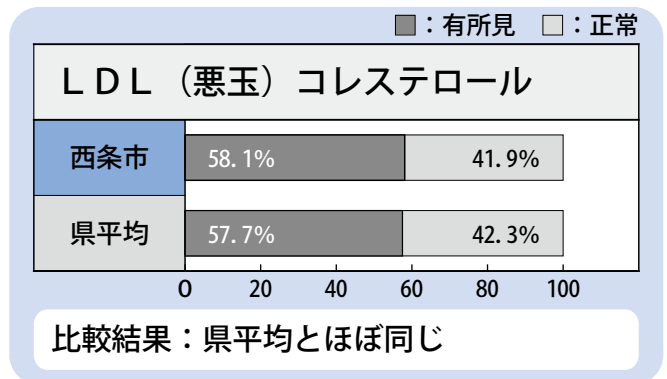
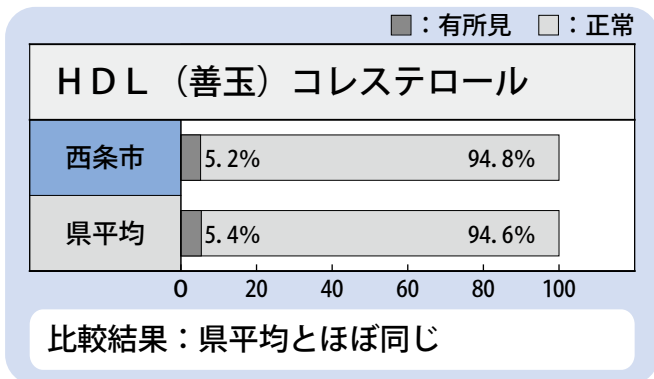
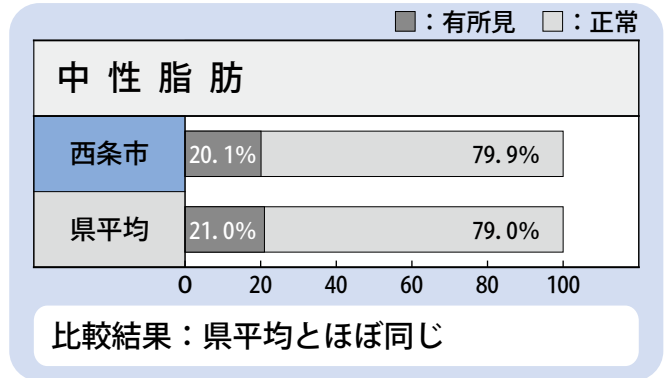
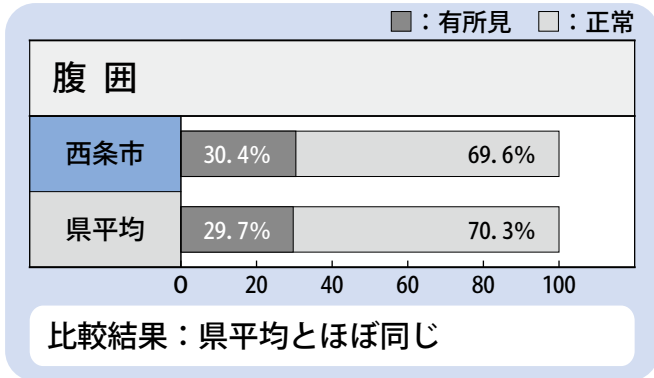


保健センターだより♪

中央保健センター TEL0897-52-1215 神拝甲324-2 総合福祉センター内
 東予保健センター TEL0898-64-5333 周布606-1 東予総合福祉センター内
 丹原保健センター TEL0898-68-7300 丹原町池田1762-1 丹原総合支所北隣
 小松保健センター TEL0898-72-6363 小松町新屋敷乙48-1 小松地域福祉センター内

元気だからこそ健康診査を受けましょう！

平成22年度に西条市の特定健康診査を受診された方の人数は、6,601人でした。
 受診された方の有所見者の割合を愛媛県の平均と比較したところ下のような結果がでました。



Hb（ヘモグロビン）A1cで自分の血糖状態に注意しよう!!

西条市は県内のほかの市町に比べてHbA1c値が高い方が多いようですが、HbA1cとは何なのでしょう。

HbA1cは過去1～2カ月の血糖状態を表します。Hb（ヘモグロビン）は赤血球中に存在し、身体の隅々まで酸素を運ぶ役割を担っています。赤血球の寿命は4カ月と言われ、その間に赤血球は身体を巡ります。そして血液中に余分なブドウ糖があるとヘモグロビンとブドウ糖は結合していきます。

このHbA1cは値が高いほど余分なブドウ糖が血液中に多い（高血糖状態）ということを示し、糖尿病の診断に用いられます。糖尿病は、動脈硬化を進行させ、狭心症・心筋梗塞・脳梗塞がおこる確立を高くします。

より健康な生活を送るために年1回は健康診査を受けましょう。