



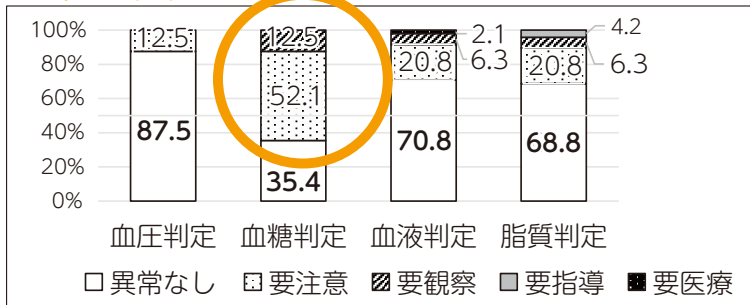
健康とびしま21  
第2次計画  
トピックス

## 血糖値がやや高めな子どもが増えています!

### 令和5年度小児生活習慣病予防検診結果報告

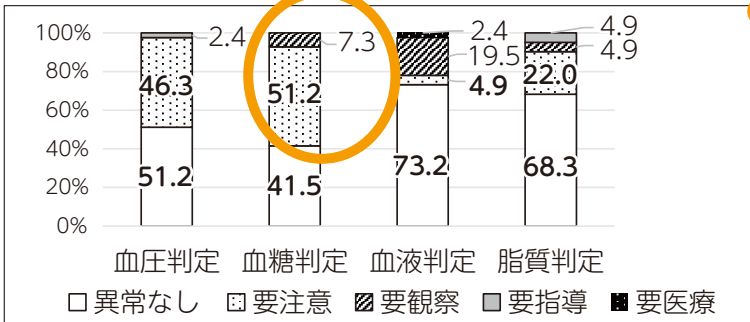
毎年、飛島学園6年生・9年生(希望者のみ)に対して、小児生活習慣病予防検診(血液検査・血圧測定)を行っています。検診結果から、子どもたちには自分の健康を気に向け、正しい生活習慣を身につける機会にさせていただきたいです。家族の方も一緒に生活習慣を振り返ってみてください。

#### ●6年生の結果



6年生・9年生ともに  
2人に1人は  
血糖値が高め

#### ●9年生の結果



#### 小児血糖判定基準値

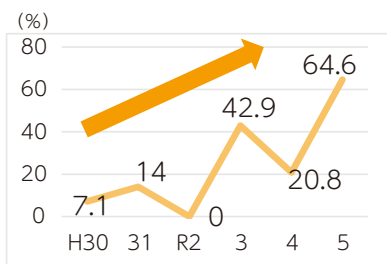
HbA1c (%)

異常なし	5.5以下
要注意	5.6~5.8
要観察	5.9~6.4
要治療	6.5以上

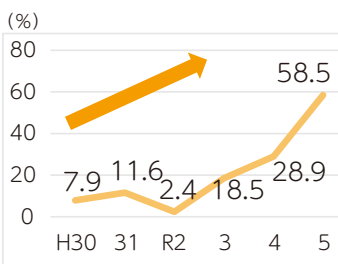
※HbA1c: 過去1~2か月の血糖の平均を示す値

#### 血糖値の経年変化 ~HbA1c5.6%以上の割合 (%) ~

##### ●6年生



##### ●9年生



6年生・9年生  
ともに  
令和3年度から  
上昇しています

#### ○糖尿病予防のコツ○

- ①野菜から食べる
- ②水分補給は水かお茶
- ③ラーメンとチャーハンなど糖質同士組み合わせを避ける
- ④おやつを減らす
- ⑤週1回、ウォーキングなどの運動を始めてみる
- ⑥階段を使うなど生活の中でからだを動かす工夫をする など

飛島村は「ストップ ザ 糖尿病」をスローガンに様々な取り組みを行っています。

●問合せ先 すこやかセンター内保健環境課