



健診結果から見える

出典：令和5年度「KDB」でみる大分県



実は今…
宇佐市民の**腎臓**が心配！

R4年宇佐市国保特定健診・後期高齢者の健診有所見者割合

●宇佐市は**血糖値が高い**人が多い
HbA1c 6.5 %以上

順位	国保（40～74歳）	後期高齢者（75歳～）
1位	宇佐市 有所見率14.8%	A市
2位	B市	宇佐市 有所見率16.4%

●**腎機能が低下している**人が多い
eGFR：60未満(国保) eGFR：45未満（後期高齢者）

順位	国保（40～74歳）	後期高齢者（75歳～）
1位	宇佐市 有所見率31.0%	C市
2位	C市	宇佐市 有所見率55.9%



高血糖、腎機能低下ともに**県下ワースト1位・2位！**

糖尿病で
治療をする人が
増加傾向



●糖尿病の怖さは**血管を傷める**こと！
さらにその先に待つ**合併症**！

糖尿病の
合併症は

し・め・じ
と覚えてほしい



し 神経障害
め 目(網膜症)
じ **腎症**

腎臓は沈黙の臓器！

糖尿病性の腎症は 病状が進行するまで症状がない

●**腎臓の状態はこれで分かる**

CHECK

特定健診などに含まれている
検査項目



血液検査

eGFR

腎臓がどれくらい機能しているか
表す。60を下回る場合は要注意。

特定健診
を受けて
分かる

尿検査

たんぱく尿

腎臓が傷んでくると、尿にたんぱく質
が排出されてしまう。土から要注意。



検尿

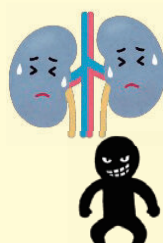
●**腎臓を守るためにできること**

悪くなります。
などが原因で

運動不足

食生活や

腎臓の働きは、



血糖値
の管理

**糖尿病
高血糖
予防**

血圧
の管理

**高血圧
予防
(減塩)**

体重
の管理

**肥満
予防**

生活習慣病の方は特に注意が必要です

糖尿病性腎症を予防するために

健康診断 P3

減塩・栄養バランス P13

食事相談会・健康相談 P14

運動教室 P15