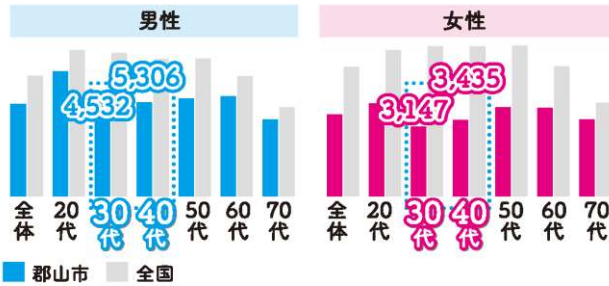


郡山市民って健康なの？

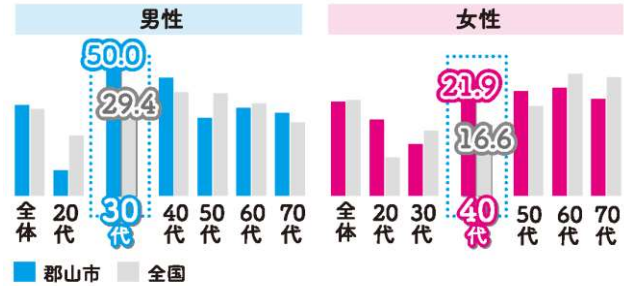
郡山市民 1日あたりの歩数



郡山市民1日あたりの歩数は、30～40歳代が特に少なく、全国と比較して男性は約2/3、女性は1/2の数字です。

参考資料：令和3年度郡山市健康づくり・食育に関するアンケート結果
2019年国民健康・栄養調査結果

郡山市の肥満者の割合（全国との比較）



郡山市の肥満者の割合は、30代、40代が高く、30代男性では全国平均の約1.7倍。なんと2人に1人が肥満です。

参考資料：令和3年度郡山市健康づくり・食育に関するアンケート結果
2019年国民健康・栄養調査結果

福島県の食塩摂取量

食塩摂取量（2016年調べ）

男性
全国ワースト **1**位

女性
全国ワースト **2**位

食塩の過剰摂取は、

心筋梗塞

脳梗塞

高血圧

これらの原因になります。

福島県の食塩摂取量は、男性で全国ワースト1位、女性は2位という結果になっています。また、食塩の過剰摂取は、高血圧、脳梗塞、心筋梗塞の原因となります。

参考資料：2016年国民健康・栄養調査結果

郡山市民の全疾病のうち生活習慣病の患者数順位

年齢		25-	30-	35-	40-	45-	50-	55-59
男性	高血圧症	42	35	11	3	2	1	1
	糖尿病	20	19	10	9	6	5	3
	脂質異常症	30	27	9	7	5	3	2
女性	高血圧症	45	45	33	12	7	3	1
	糖尿病	35	24	20	20	20	11	5
	脂質異常症	55	41	28	16	10	5	2

全疾病のうち生活習慣病である高血圧症、糖尿病、脂質異常症の患者数の順位(2018年、国民健康保険)。

男性は35歳以降、女性は45歳以降に10位以内に入ります。

参考資料：2020年度データ分析結果

郡山市の働き世代は健康課題が多い！

従業員が元気よく長く働き続けるため、経営者の皆さんの力が必要です！

「経営者向け健康づくり研修会」参加申込書

郡山市保健所健康政策課宛て FAX / 024-934-2860

事業所名	業種
TEL	FAX
メールアドレス	
受講者氏名	役職

※ご記入いただいた情報は本研修会に関する運営のみに利用し、取扱いにつきましては個人情報保護法に則り、厳重に管理いたします。