

健康スコアリングレポート (令和5年度実績)

から見る当健保組合の状況

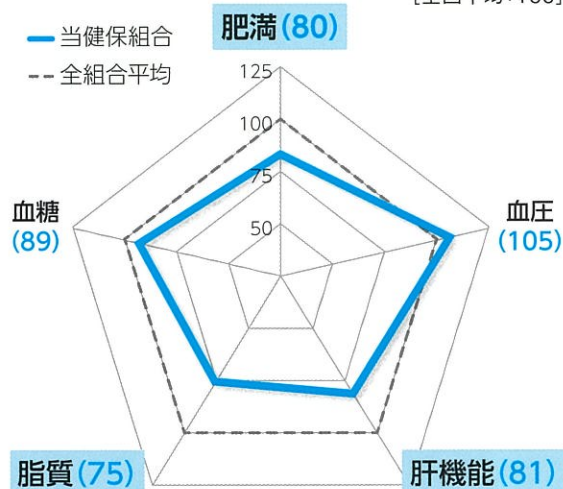


健康状況



■生活習慣病リスク保有者の割合

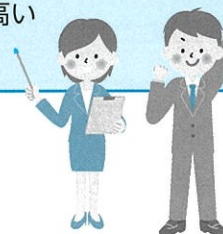
[全国平均: 100]



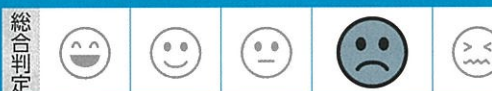
*数値が高いほど良好な状態

リスク	良好	← 中央値と 同程度	→ 不良
肥満リスク	😊	😊	😞
血圧リスク	😊	😊	😞
肝機能リスク	😊	😊	😞
脂質リスク	😊	😊	😞
血糖リスク	😊	😊	😞

- ✓ 血圧を除く全ての項目で全国平均に及ばない状況です。
- ✓ 特に、肥満、脂質異常、肝機能異常のリスク保有者の割合が全国平均と比較してかなり高い状況となっています。

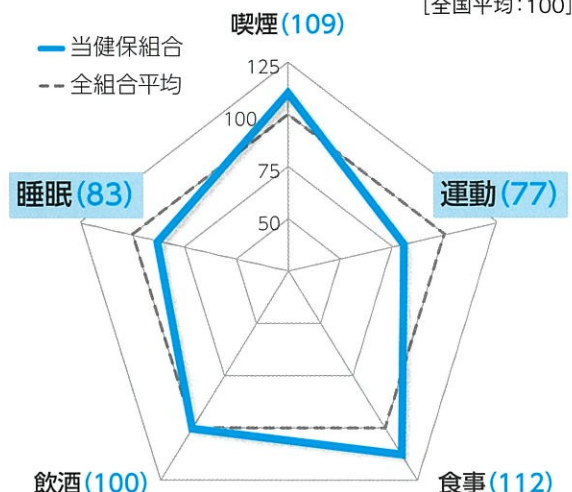


生活習慣



■適正な生活習慣を有する者の割合

[全国平均: 100]



*数値が高いほど良好な状態

リスク	良好	← 中央値と 同程度	→ 不良
喫煙習慣リスク	😊	😊	😞
運動習慣リスク	😊	😊	😞
食事習慣リスク	😊	😊	😞
飲酒習慣リスク	😊	😊	😞
睡眠習慣リスク	😊	😊	😞

- 🌀 喫煙習慣を有する者の割合は全組合平均より低い状況です。
- ✓ 適切な運動習慣、睡眠習慣を有する者の割合は全組合平均よりかなり低い状況となっています。



特に睡眠習慣は悪化している状況です。生活習慣や睡眠環境、嗜好品のとり方を見直しても休養が十分とれず日常生活に支障をきたす場合は、病気が潜んでいる可能性がありますので、早めに医療機関を受診してください。