

まいにち、イキイキ。

すこやかセンターだより

# すこやか大陸

## 糖尿病を予防して すこやかな人生を!

2016年  
63号

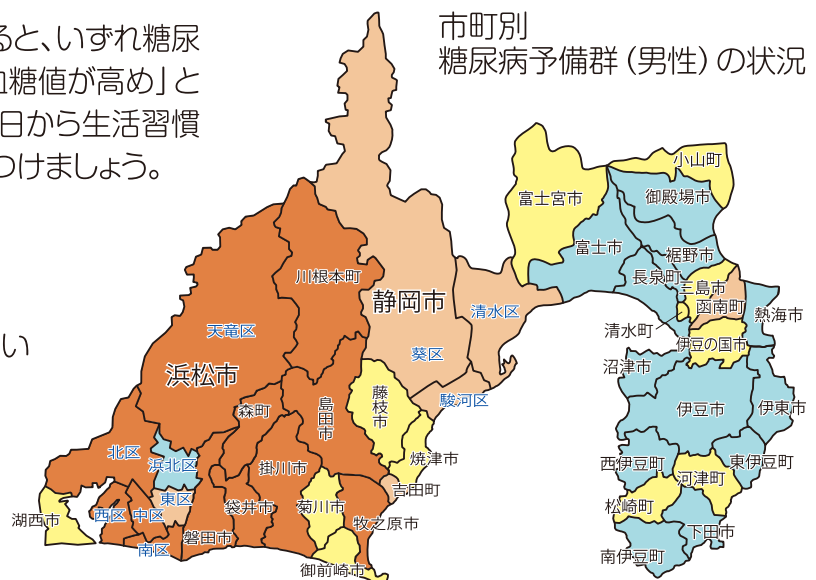


### 糖尿病の予備群は西部地域に多い?!

糖尿病予備群は、このままの生活を続けると、いずれ糖尿病になる確率が高いという状態です。「血糖値が高め」といわれたことがある方は要注意です。今日から生活習慣を改善して糖尿病にならないように気をつけましょう。

- 全県に比べて、有意に多い
- 有意ではないが、全県に比べて多い
- 有意ではないが、全県に比べて少ない
- 全県に比べて、有意に少ない

市町別  
糖尿病予備群(男性)の状況



出典:平成25年度 特定健診・特定保健指導に係る  
健診等データ報告書







# 糖尿病の予防は「1日8,000歩・中強度の運動20分」

あなたの健康、みんなの幸せ

**静**

〒411-0801 静岡県三島市谷田2276番地

FAX.055-973-7010

静岡県総合健康センターはシンコースポーツ・静岡ビル保善グループが管理運営を行っています。

「不妊相談」・「不育相談」  
専用ダイヤル  
**TEL.055(991)2006**  
毎週火・金曜日10時～15時