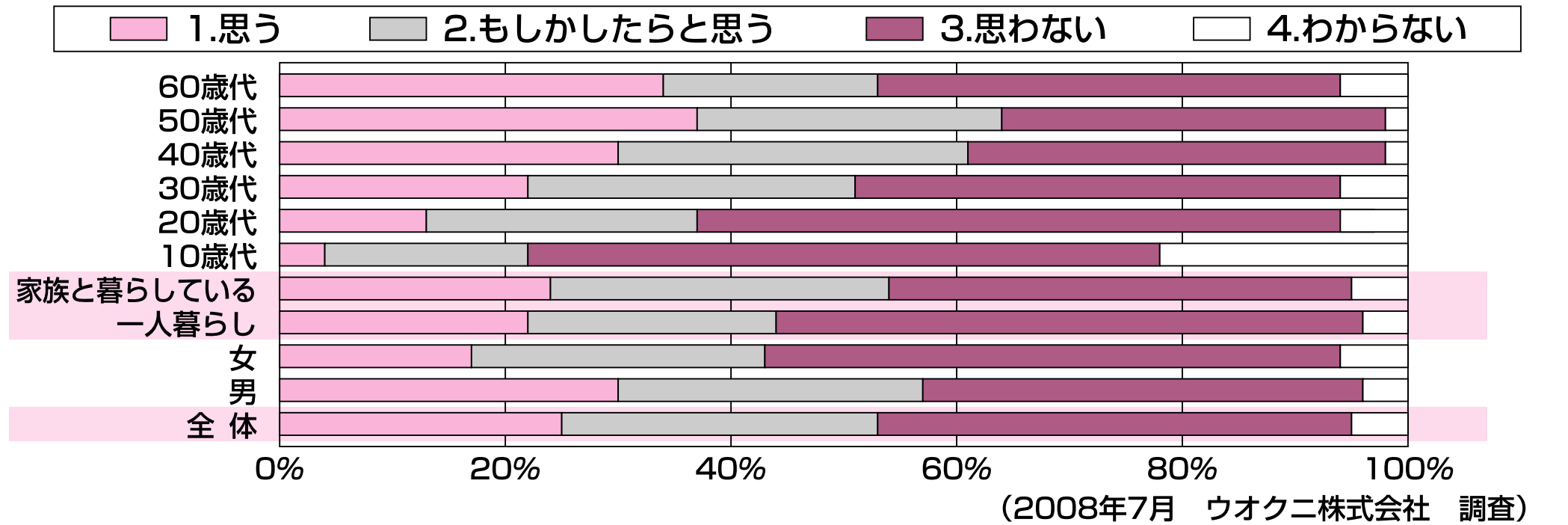


Stop! ざ・メタボNo.12 健康意識調査の結果 その3

7月に全国65箇所の2204名のお客様に実施させていただいた「健康意識調査」の結果をご紹介します。

質問： **自分はメタボまたはメタボ予備軍と思われますか？**



全体では約半数以上の方が自分自身でも不安に感じておられます。女性より男性の方が「メタボかも!？」と感じている方が多いようです。

メタボリックシンドロームの診断基準は、**腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上の方で、高血圧、脂質異常、高血糖のうち2つの項目に異常がある場合**がメタボリックシンドローム。1つの項目に異常がある場合は予備軍です。気になる方は、健康診断などで数値を確かめてみましょう。