

「カラダと向き合う！ 健康みえる化測定会」を初開催

山形市では、S(食事)・U(運動)・K(休養)・S(社会)・K(禁煙・受動喫煙防止)に配慮したSUKSK(スクスク)生活を提唱しており、頭文字であるS(食事)の分野では、市民の健康寿命を損なう原因となっている脳血管疾患と深く関係のある、食塩摂取量を減らす取り組みとして、減塩の普及に力を入れています。

その一環として、推定食塩摂取量検査をはじめとした身体の健康状態に関するさまざまな測定を行い、市民に食生活等を見直すきっかけとしていただくことを目的に「カラダと向き合う！健康みえる化測定会」を初開催します。

つきましては、次のとおり測定会を開催しますので、取材していただきますようお願いいたします。

1 日時

令和7年6月20日(金) 午前9時～正午

※1時間ごとに時間を区切り、入替制で実施

2 場所

山形市保健所大会議室(山形市城南町一丁目1-1 霞城セントラル3階)

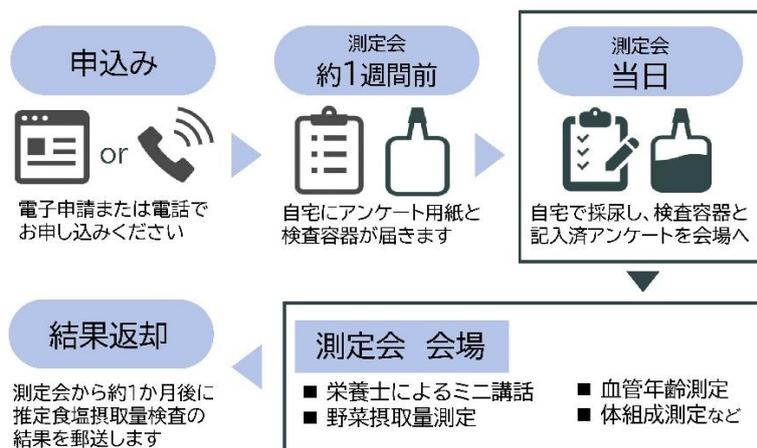
3 内容

- (1) 推定食塩摂取量検査(検体回収)
- (2) 管理栄養士による減塩の講話(講話を録画したものを繰り返し再生)
- (3) 体組成測定
- (4) 明治安田生命による野菜摂取量、血管年齢、糖化度測定などの測定

4 参加者

事前に測定会に申し込んだ市民100名

5 参加者への測定結果返却までの流れ



6 推定食塩摂取量検査の概要

推定食塩摂取量検査とは、尿検査により尿中ナトリウム値、尿中クレアチニン値を調べ、年齢・身長・体重と共に計算式に当てはめて、「1日の食塩摂取量」を算出する検査です。またこの検査では、新たに「尿中ナトカリ比」が検査項目に加わり、市民が食生活の現状をより客観的に把握できるようになっています。

昨年度までは、市の集団健診で希望者を対象に自己負担150円で検査を実施していましたが、今年度からは未就学児や小中学校及び高校に通う児童生徒、健康ポイント事業 SUKSK の登録事業者を中心とした働き世代、健康づくりボランティア団体、測定会参加者など、幅広い年代を対象に無料で検査を実施し、その結果を健康づくり事業に活かして参ります。

7 明治安田生命との連携協定について

山形市は、令和3年12月に、明治安田生命保険相互会社との地方創生の推進に係る包括連携に関する協定を締結しています。山形市と明治安田生命保険相互会社が相互に連携を図り、双方の保有する資源を有効に活用することにより、山形市における地方創生に資すること及び市民サービスの向上を図ることを目的としており、このたび測定会に協力いただく運びとなりました。

8 その他

当日は防火訓練のため、午前9時～午前10時に館内放送が入ります。

【本件に関するお問い合わせ】

〒990-8580山形県山形市城南町一丁目1番1号

山形市健康医療部健康増進課健康栄養係 担当：伊藤

TEL 023-616-7273

FAX 023-616-7276

E-mail kenko@city.yamagata-yamagata.lg.jp