



特定健診

Vol.3

が教えてくれること

【一の宮保健センター】 ☎22-5088 ☎56-5088

普段の血糖値を知る HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)

HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) とは？

HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) とは、糖尿病の診断や血糖値のコントロール状況を見るときに使われる検査値です。

HbA1c は検査前の食事に影響されず過去 1 ~ 2 ヶ月間の平均的な血糖値を知ることができます。

そのため、阿蘇市の特定健診では空腹時血糖値に加えこの HbA1c の検査を独自に取り入れています。

医療機関と特定健診健診では基準値が違います！

平成 24 年 4 月から、医療機関での HbA1c 値の基準が変更されました。

日常の診療では NGSP と呼ばれる国際基準値が使用されることとなります。この NGSP 値はこれまで使用されていた JDS 値 (日本独自の基準) に対し、およそ 0.4% 高くなります。

特定健診では、平成 24 年度もこれまでどおり JDS 値が使用されますので、HbA1c 値を比較する場合、どの基準を使った検査値であるかを確認することが必要となります。

要注意！血糖値が高い阿蘇市民・・・

平成 23 年度の特定健診の受診者 2402 人のうち、HbA1c 値が正常範囲だった人は 638 人 (26.6%)、受診勧奨域以上の人 が 263 人 (10.9%) という結果でした。

特定健診受診者の HbA1c 値の割合

HbA1c 値		人数	割合		
正常値	~5.1%	638	26.6%		
正常高値	5.2~5.5%	820	34.1%		
境界域	5.6~6.0%	681	28.4%		
受診勧奨域	6.1~6.4%	109	4.5%	▶	39 35.8%
	6.5~6.9%	64	2.7%	▶	44 68.8%
	7.0%~	90	3.7%	▶	61 67.8%
総数		2,402			144

糖尿病は自覚症状が出にくい病気の一つです。のどが渇く・体重が減るなど症状が出始めるたら、糖尿病が悪化している可能性があります。

ひそかに進行する糖尿病を早期に発見するのも、やはり特定健診です。

自覚症状をあてにせず、検査数値で自分の健康を判断することも必要ではないでしょうか。

⇒次回は、e-GFR・腎臓の働きについてお届けします。



図書館へ行こう！

問い合わせ：阿蘇図書館 ☎32-0067
一の宮図書館 ☎22-2916

▶おはなしアップルのおはなし会

読み聞かせボランティア「おはなしアップル」の皆さんによる楽しい会です。

- とき 6月23日 土 午後2時~
- ところ 阿蘇図書館おはなしコーナー

▶夜間開館

7、8月は週に一回、午後8時まで開館します。

- 阿蘇図書館：毎週水曜日 (7月4・11・18・25日 8月1・8・22・29日)
- 一の宮図書館：毎週木曜日 (7月5・12・19・26日 8月2・9・23・30日)

▶一の宮図書館の臨時休館について (阿蘇図書館は通常通り開館)

館内の特別整理及び改修工事に伴い、6月18日(土)から23日(木)までの間、臨時休館します。ご迷惑をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。

■移動図書館「あそ号」巡回日程

日程	巡回場所及び予定時間									
6月20日(水)	阿蘇図書館 9:00	→	上寿園 9:05~9:25	→	山田公民館 9:35~9:50	→	西役犬原公民館 10:00~10:20	→	竹原公民館 10:30~10:45	→
	猿渡製材所 10:55~11:10	→	坊中公民館 11:20~11:35	→	佐伯商会前 11:40~12:00	→	くんわの里 12:10~12:30	→	枳天満宮 14:20~14:40	→
	赤水駅 14:50~15:10	→	宮本酒店前 15:20~15:40	→	上の小屋バス停南 15:50~16:10	→	たちばな園 16:20~16:40	→	阿蘇図書館 16:50	
6月21日(木)	一の宮図書館 9:30	→	波野保健福祉センター 10:00~10:30	→	坂梨公民館 11:00~11:20	→	古城公民館 11:30~11:50	→	一の宮図書館 12:05	

※天候により中止する場合があります。ご了承ください。