

チラシ「メタボリボン」

成人期

メタボリックシンドロームの判断基準のひとつである内臓脂肪を予測するために腹囲を測る。

【対象】 成人（男性用と女性用で長さが違います）

【使用方法】 男性用 85cm 女性用 90cm
リボンをおへその周りに巻いて両端が届かない方は内臓脂肪が危険域です。



【使用効果】 日ごろよりおへそ周りを測って内臓脂肪をみることによりメタボリックシンドロームの予防に役立ちます。
男性85cm以上、女性90cm以上の方はすぐに特定健診を受けることで、更に予防効果が上がります。

【使用した市民の声】

リボンが届くようになりたい！
主人は太っているように見えないのに、リボンが届きません。
お風呂あがりにこっそり計ってみます。



【東部地域健康づくり推進員会からのメッセージ】

- ・腹囲の正しい測り方をご存知ですか？
- ・お風呂上りにこっそり測ってね。

