



このコーナーに関する問い合わせは  
医師会事務局 ☎243-5611

## 「メタボ」って何？

「メタボ」は、今では日常的に「中年太り」や「お腹が出っ張った」などの意味合いで使われていますが、正式には「メタボリック症候群」といい、内臓脂肪型肥満に高血圧や糖尿病、脂質異常症（高脂血症）など複数の病気や異常が重なっている状態を表します。放っておくと動脈硬化という血管の異常が進んで、メタボでない人に比べて約3倍も心筋梗塞や脳梗塞などの重篤な病気を起こしやすくなります。

メタボの診断基準は、腹囲が基準値（男性85cm、女性90cm）をオーバーし、加え

て以下の項目のうち、2つ以上が当てはまると該当者、1つだと予備軍です。①中性脂肪が150mg/dL以上かHDLコレステロールが40mg/dL未満、またはその両方②収縮期血圧が130mmHg以上か拡張期血圧が85mmHg以上、またはその両方③空腹時血糖が110mg/dL以上

メタボは、「死の四重奏」といわれたこともあり放置すると危険な状態です。しかし、早めの対策でそこから脱出することができます。年に1度は健康診断を受け、自分の状態を知ることがとても大切です。

前橋市医師会 生方 聡

		内 科				外 科		婦人科	耳鼻科	眼 科
休 日 当 番 医	5 日 日	柳川小児科医院 (児) 天川大島町三丁目 ☎263-1600	小林内科胃腸科 クリニック (内) 朝倉町 ☎290-3200	菊池内科 クリニック (内) 青梨子町 ☎219-3356	はやぶさ クリニック (内) 小坂子町 ☎264-1113	ねぎし整形外科 (整) 東善町 ☎280-8686	金古医院 (外内) 日吉町三丁目 ☎233-1131	高山産婦人科医院 (産婦内) 箱田町 ☎251-2621	斉藤クリニック 耳 鼻 科 (耳鼻) 日輪寺町 ☎235-8880	すがの眼科古市 クリニック (眼) 古市町一丁目 ☎210-8181
	4 月 12 日 日	戸所小児科医院 (児) 総社町二丁目 ☎253-2351	五十嵐医院 (内) 富士見村 ☎288-2026	定方医院 (内) 亀里町 ☎265-0345	長崎医院 (内) 住吉町二丁目 ☎231-3274	三村整形外科医院 (整) 上細井町 ☎234-4477	太田医院 (外) 紅雲町二丁目 ☎221-3368	岸産婦人科医院 (産婦) 高崎市沖町 ☎027-343-6412	耳鼻咽喉科 長谷川医院 (耳鼻) 高崎市片岡町二丁目 ☎027-323-4196	さかもと眼科 (眼) 高崎市江木町 ☎027-327-2839
	19 日 日	高橋医院 (児外) 東善町 ☎266-0203	関内科医院 (内) 天川大島町一丁目 ☎224-4680	瀬田医院 (内) 竜蔵寺町 ☎232-5658	堺掘内科 循環器科医院 (内) 若宮町一丁目 ☎231-8056	せせらぎ病院付属 あさくら診療所 (整) 朝倉町 ☎265-6522	富沢脳神経外科 内科医院 (脳外) 下小出町二丁目 ☎234-3488	道下産婦人科医院 (産婦) 平和町一丁目 ☎231-7821	いづか 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 樋越町 ☎280-2111	かめい眼科 (眼) 城東町一丁目 ☎260-1200
診療時間は午前9時～午後6時。市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。 アドレスは <a href="http://maebashi.gunma.med.or.jp/">http://maebashi.gunma.med.or.jp/</a> 、携帯電話の場合は <a href="http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/">http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/</a> です。										
★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 ☎243-5111 午後8時～午前0時 内科と小児科										
★救急病院等案内 ☎221-0099										
歯 科										
日曜・祝日は歯科医師会休日診療所 岩神町二丁目19-9 ☎237-3685 午前10時～正午、午後1時～3時										
休 日 当 番	4月5日(日)=堤接骨院 (三俣町一丁目) ☎232-2229、吉沢接骨院 (大渡町一丁目) ☎254-2113 4月12日(日)=細野接骨院 (南町三丁目) ☎223-3355、真塩接骨院 (西片貝町三丁目) ☎223-1310 4月19日(日)=松本接骨院 (日吉町三丁目) ☎212-2137、大利根接骨院 (下新田町) ☎252-6701									
	薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 ☎223-8400 午前9時～午後6時								