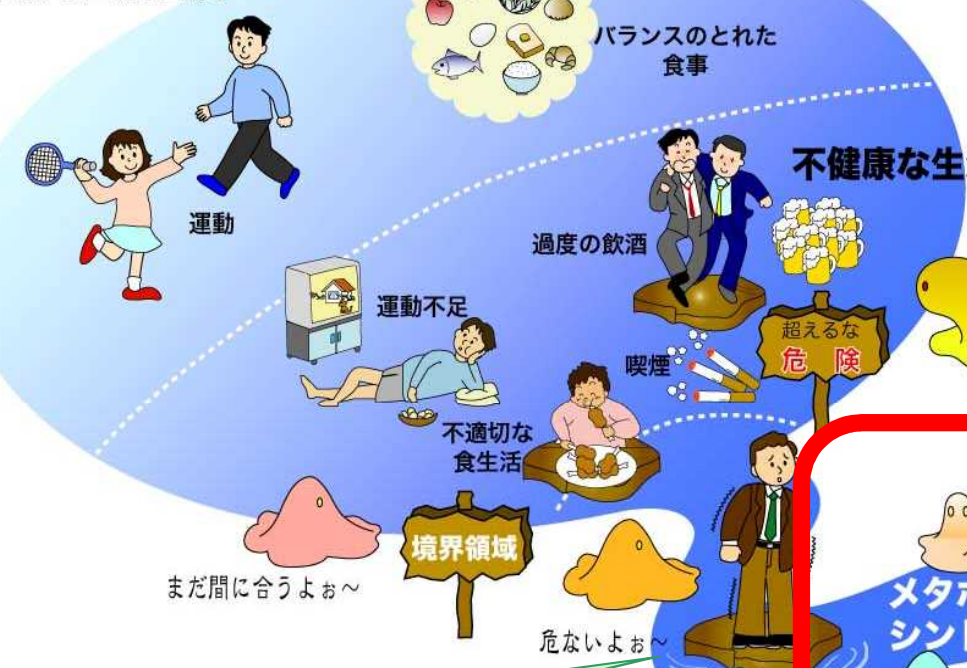


# 健康な生活習慣



## レベル 1

- ・ 不適切な食生活・身体活動・運動不足
- ・ 喫煙 ・ 過度の飲酒・過度のストレス

## レベル 3

- ・ 肥満症・糖尿病
- ・ 高血圧症・高脂血症

## レベル 2

- ・ 肥満 ・ 高血糖
- ・ 高血圧 ・ 高脂血

## メタボリック シンドローム

治すなら 今だよお～

戻れなくなるよお～

## レベル 4

- ・ 虚血性心疾患（心筋梗塞・狭心症等）
- ・ 脳卒中（脳出血・脳梗塞等）
- ・ 糖尿病の合併症（失明・人工透析等）

## レベル 5

- ・ 半身の麻痺
- ・ 日常生活における支障
- ・ 認知症

