

特定保健指導判定フローチャート

対象は**40歳から74歳まで**(年度内75歳到達者を含む)で、
健診日時時点で**糖尿病、脂質異常症、高血圧の内服治療をしていない方**です

※健診の間診による

腹囲(おへそまわり)

男性85cm以上

女性90cm以上

ない

ある

BMIが25以上

BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

ない

ある

右の判定値の中から
いくつ該当しますか？

0個

1個

2個

3個

喫煙習慣
ない あり

情報提供

動機付け
支援

積極的
支援★

情報提供

動機付け
支援

積極的
支援★

次の判定値の中から、
いくつ該当しますか？

血糖

空腹時血糖
100mg/dl以上

または

ヘモグロビンA1C
5.6%以上

※両方測定時は空腹時血糖の結果が優先。随時血糖の場合はHbA1cが優先。

脂質

空腹時中性脂肪
150mg/dl以上または
随時中性脂肪
175mg/dl以上

または

HDLコレステロール
40mg/dl未満

血圧

収縮時血圧
130mmHg以上

または

拡張期血圧
85mmHg以上

0個

1個

2個

3個

喫煙習慣
ない あり

★65歳以上の方は積極的支援に当てはまっても、動機付け支援になります。

情報提供:市から配布している「いかがでしたか？あなたの健診結果」のリーフレットを
お読みください。次年度も継続して健診をお受けください。

相談は保健センターで毎月実施している健康・栄養相談(予約制)をご利用ください。

動機付け支援:生活習慣病のリスクが出始めてます。生活習慣を変えて改善を目指します。
保健センターへご連絡ください。

積極的支援:生活習慣病のリスクが高い状態です。大切な健康を守るため行動しましょう。
保健センターへご連絡ください。

連絡先:国立市保健センター ☎ (042) 572-6111