

特定保健指導対象者となる方の判定基準

特定健康診査(定期健康診断・人間ドック等を含む)の結果から、腹囲等の数値と血糖、脂質、血圧の数値が一定以上となる項目等(リスク)の数の組み合わせによって、特定保健指導のレベルを判定します。レベルによって、「動機付け支援」と「積極的支援」に分かれます。なお、65歳から74歳までの方は積極的支援相当であっても動機付け支援となります。

ステップ1: 腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定

A 腹囲が 男性 85cm以上
女性 90cm以上

当てはまる

B Aの基準値未満でも、
BMI(体重(kg)÷身長(m)の2乗)
が25以上

当てはまる



ステップ2: 健診結果から、生活習慣病の追加リスクをカウント

① 血糖の判定 | 空腹時血糖 100mg/dl以上 または ヘモグロビンA1C 5.6%以上 | 1つ以上当てはまる

② 脂質の判定 | 中性脂肪 150mg/dl以上 または HDLコレステロール 40mg/dl未満 | 1つ以上当てはまる

③ 血圧の判定 | 収縮期血圧 130mmHg以上 または 拡張期血圧 85mmHg以上 | 1つ以上当てはまる

喫煙習慣をカウント

④ 過去に100本以上たばこを吸ったことがあり、最近1か月も吸っている

当てはまる (①~③のいずれかに該当する場合のみカウント)



ステップ3: 支援レベル判定

ステップ1で **Aに当てはまった方**
ステップ2の結果、①~④の追加リスクの
カウントが、
1つ : **動機付け支援**
2つ以上 : **積極的支援**

ステップ1で **Bに当てはまった方**
ステップ2の結果、①~④の追加リスクの
カウントが、
1~2つ : **動機付け支援**
3つ以上 : **積極的支援**

※高血糖・脂質異常・高血圧の薬剤治療を受けている方は特定保健指導の対象とはなりません。

万が一、途中で治療が開始された場合は、治療を優先してください。

※ステップ1で A、B どちらにも当てはまらない場合は特定保健指導対象とはなりません。

※2年連続で積極的支援となった場合で、BMIや腹囲が一定数改善している方は、動機付け支援相当となります。