

健康 安心 みんなの国保

Vol.10

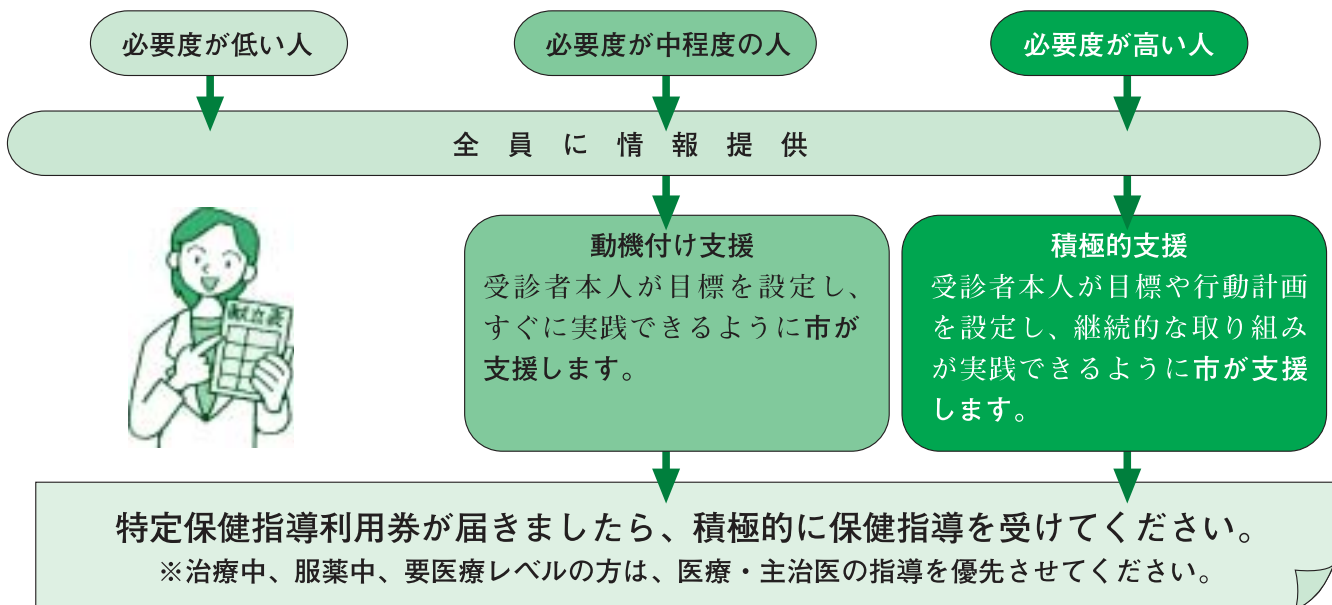
特定健康診査は、生活習慣病の発症を未然に防ぐため、メタボリック症候群の該当者・予備群の方を見つけ出すことに重点を置いて行われています。そして、生活改善の必要度に応じて特定保健指導を市が実施します。

特定保健指導の対象者の基準

腹 囲	追加リスク				対 象		
	① 血 糖 空腹時血糖値 100mg/dl 以上 または ヘモグロビンA1c 5.2%以上	② 脂 質 中性脂肪値 150mg/dl 以上 かつ / または HDLコレステロール値 40mg/dl 未満	③ 血 圧 収縮期血圧 130mmHg 以上 かつ / または 拡張期血圧 85mmHg 以上	④ 喫煙歴 最近1か月 以内に喫煙	40～64 歳	65～74 歳	
男性 85 cm 以上 女性 90 cm 以上	2つ以上該当				あり なし	積極的 支援	動機付け 支援
	1つ該当						
または BMI 25 以上	3つ該当				あり なし	積極的 支援	動機付け 支援
	2つ該当						
	1つ該当						
腹囲・BMI 正常 または 追加リスク①②③に該当しない					情報提供		

BMI = 体重 (kg) ÷ (身長 (m))² (注) 喫煙歴の斜線欄は、基準の判定が喫煙歴の有無に関係ないことを意味します。

＜生活改善必要度レベル＞



問い合わせ先

保険年金課 ☎40 - 5558



健診・保健指導を受けて、メタボリック症候群を予防・解消しましょう！