

# 特定保健指導対象者判定の流れ

## STEP1 腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定

①腹囲
男性85cm以上 女性90cm以上 <b>Ⓐ</b>

②BMI
腹囲は基準値未満だが BMIが25以上 <b>Ⓑ</b>

③
①②以外の人 保健指導の対象ではありません

※BMI=体重 (kg) ÷身長 (m) ÷身長 (m)

## STEP2 検査結果・質問票より追加リスクをカウント

①血糖値*
空腹時血糖100mg/dl 以上またはHgA1cの 場合5.6%以上

②脂質
中性脂肪150mg/dl以上 またはHDLコレステ ロール40mg/dl未満

③血圧
収縮期130mmHg以上 または 拡張期85mmHg以上

+

④喫煙歴
「あり」※左記①～③に 一つ以上該当したときに カウント

※空腹時血糖の判定を優先します

## STEP3 STEP1、2から保健指導レベルをグループ分け

Ⓐに該当し、STEP2の追加リスクが

2以上 : 積極的支援レベル
1 : 動機付け支援レベル
0 : 指導対象外

Ⓑに該当し、STEP2の追加リスクが

3以上 : 積極的支援レベル
1～2 : 動機付け支援レベル
0 : 指導対象外

STEP1で③に該当

指導対象外

## STEP4 以下の条件を踏まえて保健指導レベルを確定

※65歳以上75歳未満の人は、積極的支援となった場合でも動機付け支援とします。

※高血圧症、糖尿病、脂質異常症で服薬中の場合は対象になりません。