

特定保健指導対象者選定方法

- ① 特定保健指導の対象となる方は、特定健診の結果から、次のステップ1とステップ2により階層化され選ばれます。
- ② 但し、服薬中(血圧を下げる薬、血糖を下げる薬、コレステロールを下げる薬)の方は、特定保健指導の対象となりません。

ステップ1

腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定します。

- 腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上 …… ア
 - 腹囲 男性85cm未満 女性90cm未満 かつBMIが25以上 …… イ
- ※BMIとは、肥満度の判定方法の1つです。【体重(Kg)÷身長(m)÷身長(m)で求めます。】



ステップ2

保健指導レベルをグループ分けします。

【ステップ1で(ア)の場合】 以下の①～③の追加リスクのうち

- 2個以上該当する場合 … 積極的支援
- 1個該当し、喫煙歴ありの場合 … 積極的支援
- 1個該当し、喫煙歴なしの場合 … 動機付け支援

【ステップ1で(イ)の場合】 以下の①～③の追加リスクのうち

- 3個該当する場合 … 積極的支援
- 2個該当し、喫煙歴ありの場合 … 積極的支援
- 2個該当し、喫煙歴なしの場合 … 動機付け支援
- 1個該当する場合 … 動機付け支援

①血糖

空腹時血糖 100mg/dl以上、またはHbA1c5.6%以上に該当する場合

②脂質

空腹時中性脂肪 150mg/dl以上(やむを得ない場合は随時中性脂肪 175mg/dl以上)、またはHDLコレステロール 40mg/dl未満に該当する場合

③血圧

収縮期血圧 130mmHg以上、または拡張期血圧 85mmHg以上に該当する場合

●65～74歳までの方は、積極的支援となった場合でも動機付け支援となります。

まとめますと、次の表となります。

腹 囲	追加リスク	喫煙歴	対 象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40～64歳	65～74歳
85cm以上(男性) 90cm以上(女性)	2個以上該当	/	積極的支援	動機付け支援
	1個該当	あり なし	動機付け支援	
85cm未満(男性) 90cm未満(女性) かつ BMI25以上	3個該当	/	積極的支援	動機付け支援
	2個該当	あり なし	動機付け支援	
	1個該当	/		