



特定健康診査・特定保健指導とは？ (40歳から74歳までの方が対象です)



ステップ1 腹囲とBMIで内臓脂肪の蓄積度を判定します。

- A 腹囲が男性 \geq 85cm、女性 \geq 90cm
- B Aには該当しないが、BMI値 \geq 25

ステップ2 血液検査や血圧測定結果から「追加リスク」を判定します。

- ①高血糖：空腹時血糖 \geq 100mg/dlまたはHbA1c \geq 5.6%
- ②脂質異常：中性脂肪 \geq 150mg/dlまたはHDLコレステロール $<$ 40mg/dl
- ③高血圧：収縮期血圧 \geq 130mmHgまたは拡張期血圧 \geq 85mmHg

A+追加リスク①～③のうち2つ以上該当または1つ該当で喫煙歴あり
B+追加リスク①～③のうち3つ該当または2つ該当で喫煙歴あり

A+追加リスク①～③のうち1つ該当で喫煙歴なし
B+追加リスク①～③のうち1つ該当または2つ該当で喫煙歴なし



積極的支援

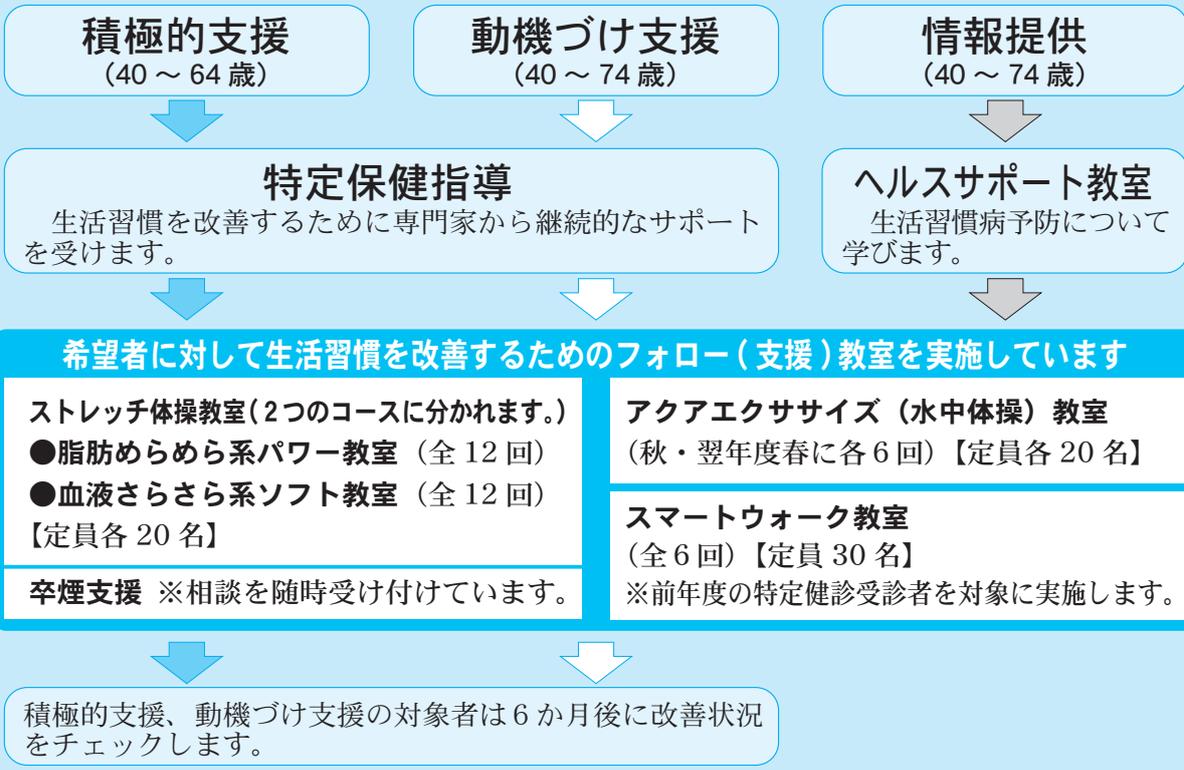
健診判定の改善に向けて実践できる目標を選択、継続的に実行できるように支援する

動機づけ支援

生活習慣の改善点に基づき、目標を設定し、行動できるように支援する

※「情報提供」とは受診者全員に生活習慣病予防のための情報を提供することをいいます。
※糖尿病、脂質異常症、高血圧症ですでに服薬中の方は特定保健指導の対象にはなりません。
※65歳から74歳までの方については、積極的支援の対象となった場合でも動機づけ支援とします。

城里町国民健康保険では、特定健康診査の結果に基づいて被保険者一人ひとりに応じた個別サポートを実施しています。



積極的支援、動機づけ支援の対象者は6か月後に改善状況をチェックします。

問合せ 保険課 ☎029-288-3111 (内線372)