

■特定保健指導の階層化の基準

腹囲	追加リスク	④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 つ以上該当	—	積極的支援	動機付け支援
	1 つ該当	あり なし		
上記以外で BMI ≥ 25	3 つ該当	—	積極的支援	動機付け支援
	2 つ該当	あり なし		
	1 つ該当	—		

- | |
|---|
| <p>①血糖 空腹時血糖 100mg/dl 以上 または ヘモグロビン A1c5.6%以上</p> <p>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</p> <p>③高血圧 収縮期血圧 130mmHg 以上 または 拡張期血圧 85mmHg 以上</p> <p>④喫煙歴あり(①～③のリスクが 1 つ以上の場合にのみカウント)</p> |
|---|

※服薬中の者については、特定保健指導の対象としない。

※前期高齢者(65 歳以上 75 歳未満)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する。

※BMI(体格指数)は肥満度を調べる指標で、体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で計算します。指数 22 が標準とされます。