

# 特定保健指導区分の判定方法

## ■ 特定保健指導の対象外となる者

特定健診時に糖尿病・高血圧症・脂質異常症の薬剤治療を受けている者

### スタート

腹囲は？

男性：85 cm 以上  
女性：90 cm 以上

ない

BMI値は？

BMIの値が 25 以上

計算方法: BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

ある

ある

ない

危険因子

#### ① 血糖 ※

空腹時血糖：100 mg/dL 以上

または

HbA1c：5.6 % 以上

(両方測定時は空腹時血糖を優先)

#### ② 脂質

空腹時中性脂肪：150 mg/dL 以上

または

随時中性脂肪：175 mg/dL 以上

または

HDLコレステロール：40 mg/dL 未満

#### ③ 血圧

最高(収縮期)血圧：130 mmHg 以上

または

最低(拡張期)血圧：85 mmHg 以上

2つ以上  
該当

1つ該当

該当なし

危険因子

#### ① 血糖 ※

空腹時血糖：100 mg/dL 以上

または

HbA1c：5.6 % 以上

(両方測定時は空腹時血糖を優先)

#### ② 脂質

空腹時中性脂肪：150 mg/dL 以上

または

随時中性脂肪：175 mg/dL 以上

または

HDLコレステロール：40 mg/dL 未満

#### ③ 血圧

最高(収縮期)血圧：130 mmHg 以上

または

最低(拡張期)血圧：85 mmHg 以上

3つ該当

2つ該当

1つ該当

該当なし

たばこは？

現在、喫煙習慣がある

ある

ない

年度末の年齢が 65 歳以上 である  
(健診を受診した年の年度末年齢)

いいえ

はい

情報提供

積極的支援

動機付け支援

特定保健指導の対象

※やむを得ず空腹時血糖・HbA1cの測定ができなかった場合は、随時血糖を用いてください。

図は特定保健指導の判定基準で、メタボリックシンドロームの判定基準とは異なります。