

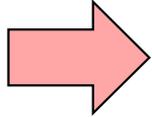
【 リスクの判定方法 】

1. 最初に「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 (BMI) 25以上

2. 「血糖」「脂質」「血压」の項目でいくつ該当するかを調べます。
 1つでも当てはまるものがあれば、「喫煙の有無」も判定基準に含めます。
 ※糖尿病、高血圧症、脂質異常症の治療で内服をしている方は対象外となる場合があります。

3. 該当した項目数や年齢で保健指導の支援区分を決めます。

(例) 45歳男性
 腹囲87cm、HbA1c5.5%、中性脂肪140mg/dl、
 HDLコレステロール50mg/dl、血压140/83mmHg、喫煙あり



この方の保健指導支援区分は積極的支援となります！

【 追加のリスク 】

- ① **血糖**
 空腹時血糖値が100mg/dl以上(随時血糖が100mg/dl以上)、
 またはHbA1cが5.6%以上
- ② **脂質**
 中性脂肪が150mg/dl以上(随時中性脂肪が175mg/dl以上)、
 またはHDLコレステロールが40mg/dl未満
- ③ **血压**
 収縮期血压130mmHg以上、または拡張期血压85mmHg以上
- ④ **喫煙歴の有無**
 喫煙歴は血糖、脂質、血压のリスク項目に該当があった場合にカウントをする

【 支援区分判定表 】

腹囲	追加のリスク	④喫煙歴	対象	
	①血糖 ②脂質 ③血压		40歳～64歳	65歳～74歳
男性 85cm以上	2つ以上該当	/	積極的 支援	動機付け 支援
	女性 90cm以上	1つ該当		
上記以外で BMI25以上		3つ以上該当	なし	積極的 支援
	あり			
	2つ該当	なし		
	1つ該当	/		