

## ■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
男性：85cm以上 女性：90cm以上	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	—		

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 (やむを得ない場合は随時血糖100mg/dl以上)
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
③血圧	収縮期血圧 130mmHg 以上 または 拡張期血圧 85mmHg/以上
④喫煙歴	①～③のリスクが1つでもある場合にリスクとして追加

※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。