

選定方法

STEP I

腹囲とBMIで
内蔵脂肪蓄積の
リスクを判定

A 腹囲

男性85cm以上
女性90cm以上
の人

B BMI

腹囲は
基準値未満だが
BMIが25以上の人

C

AB以外の人

STEP II

検査結果、
質問票より
追加リスクをカウント

1 脂質

空腹時中性脂肪
150mg/dl以上
(止むを得ない場合は
随時中性脂肪
175mg/dl以上)
または、
HDL 40mg/dl未満

2 血圧

収縮期
130mmHg以上
または、
拡張期
85mmHg以上

3 血糖

空腹時血糖
100mg/dl以上
または、
HbA1c(NGSP)
5.6%以上

4 喫煙歴

あり
左の①～③に
1つ以上
該当したときに
カウント

STEP IでAに該当した場合
①～④のリスクの数が

STEP IでBに該当した場合
①～④のリスクの数が

2つ以上

積極的
支援

1つ

動機づけ
支援

0

情報
提供

3つ以上

積極的
支援

1～2つ

動機づけ
支援

0

情報
提供

情報
提供

STEP III

ステップI、IIから
保健指導レベルを
グループ分け