

<基本的な健診の項目>

- a.. 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲（内臓脂肪面積））
- b.. 理学的検査（身体診察）
- c.. 血圧測定
- d.. 血液化学検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）
- e.. 肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、 $\gamma$ -GTP（ $\gamma$ -GTP））
- f.. 血糖検査（空腹時血糖又はHbA1c検査）
- g.. 尿検査（尿糖、尿蛋白）

<詳細な健診の項目>

- a.. 心電図検査
- b.. 眼底検査
- c.. 貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）

特定保健指導の対象者は、内臓脂肪蓄積の程度と心疾患等のリスク要因（高血圧・高血糖・脂質異常等）の数に着目して階層化を行い、保健指導レベルを設定した上で、効果的・効率的に実施していくこととなります。

動機付け支援や積極的支援の保健指導対象となった方には、専門スタッフが健康づくりの支援を致します。

特に積極的支援では、面談をはじめ、電話・Eメール・手紙・FAXなど様々な手段を使って、一定期間継続して生活習慣改善のお手伝いをさせて頂き、結果の出る支援を目指します。