

① 個別の保健指導を実施する方（通知方法：メール）

保健指導の案内が届きましたら、案内に従い参加申込を行ってください。

	保健指導の種類	対象者基準
1	特定保健指導 (40歳以上対象)	<p>対象者基準</p> <p>腹囲 男性：85cm以上 女性：90cm以上</p> <p>または</p> <p>BMI 25以上 (腹囲は基準値未満)</p> <p>追加リスクをカウント</p> <p>① 血圧 収縮期血圧130mmHg以上 かつ/または 拡張期血圧85mmHg以上</p> <p>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) かつ/または HDLコレステロール40mg/dl未満</p> <p>③ 血糖 空腹時血糖100mg/dl 以上かつ/または HbA1c5.6%以上</p> <p>喫煙あり (上記①～③のリスクが1つ以上ある場合はカウント)</p> <p>追加リスクが 1つ ↓ 1～2つ ↓ 2つ以上 ↓ 3つ以上</p> <p>動機付け支援</p> <p>積極的支援</p>
2	メタボ予備群プログラム (35歳～39歳対象)	対象者:特定保健指導の対象レベル該当者(年度末年齢)
3	糖尿病予防プログラム (全年齢対象)	対象者:HbA1c6.5%以上(未実施の場合は空腹時血糖126mg/dl以上)
4	糖尿病性腎症重症化予防 プログラム (全年齢対象)	対象者:以下の条件で「a)+b)」または「a)+c)」の該当者 a) HbA1c7.0%以上(未実施の場合は空腹時血糖130mg/dl以上) b) 尿蛋白1+以上 c) eGFR30以上60未満 ※クレアチニン検査が未実施の場合は、a)・b)のみの条件で抽出

② 医療機関への受診、受診状況報告をお願いする方（通知方法：郵送）

	通知の種類	対象者基準	対応すること
1	生活習慣病ハイリスク者への 受療勧奨通知	下記いずれかに該当する方 <ul style="list-style-type: none"> ・拡張期血圧 160mmHg以上 ・収縮期血圧 100mmHg以上 ・空腹時血糖 126mg/dl以上 ・HbA1c 6.5%以上 ・中性脂肪 500mg/dl以上 ・HDLコレステロール ・LDLコレステロール 180mg/dl以上 	医療機関を受診してください。
2	大腸がん精密検査の 受診勧奨通知	2026年度の健康診断で便潜血検査が「陽性」且つ、その後大腸内視鏡検査を受けていないと思われる方	案内に従い、精密検査受診確認のためのアンケートにご回答ください。

③ 健康情報の通知のみとなる方（通知方法：郵送）

	通知の種類	対象者基準	対応すること
1	崖っぷち群通知	39歳以上(2025年度末時点)且つ2025年度の健康診断結果において、現状より体重+2kg/腹囲+2cm増加すると特定保健指導の対象となってしまう方	通知内容をご確認いただき、2026年度の健康診断までに減量を心がけ、特定保健指導の対象とならないように生活習慣の改善に取り組んでください。