

特定健康診査内容表

検査項目	区分
1. 診察	基 本 部 分
質問(問診) 質問票のとおり	
身体計測	
身長	
体重	
腹囲	
BMI	
理学的所見(身体診察)	必 須
血圧測定	
2. 血中脂質	項 目
空腹時中性脂肪	
随時中性脂肪 ※1	
HDL-コレステロール	
LDL-コレステロール	
Non-HDL コレステロール ※2	
3. 肝機能	目
AST (GOT)	
ALT (GPT)	
γ-GT (γ-GTP)	分
4. 尿検査	
尿蛋白	い ず れ か の 項 目 の 実 施 で 可
尿糖	
5. 血糖	
空腹時血糖	目
ヘモグロビン A1c	
随時血糖 ※3	
6. 貧血検査 ※4	医 師 の 判 断 に 基 づ き 選 択 的 に 実 施 す る 項 目
赤血球数	
血色素量(ヘモグロビン値)	
7. 心機能	詳 細 部 分
心電図 ※5	
8. 眼底検査	目
両眼 ※6	
9. 血清クレアチニン検査 ※7	目
血清クレアチニン値	
e-GFR	

【注意事項】

- ※1 やむを得ず空腹時以外に採血を行う場合は、食直後を除き、食後 3.5 時間以上経過していれば、随時中性脂肪による血中脂質検査でも可とする。
- ※2 中性脂肪が 400mg/ dl 以上である場合又は食後に採血する場合には、LDL コレステロールの代わりに Non-HDL コレステロールでも可とする。
- ※3 やむを得ず空腹時以外において、HbA1c を測定しない場合でかつ食直後を除き、食後 3.5 時間以上経過していれば、随時血糖による血糖検査でも可とする。
- ※4 貧血の既往歴を有する者又は視診等で貧血が疑われる者のうち医師が判断した者。
- ※5 心電図検査は当該年度の特健康診査の結果等において、血圧が収縮期 140mmHg 以上若しくは拡張期 90mmHg 以上又は問診等で不整脈が疑われる者のうち医師が判断した者。
なお、特定健康診査当日に実施した場合に、詳細部分の健診とみなす。
- ※6 眼底検査は当該年度の特健康診査の結果等において、血圧又は血糖が次の基準に該当した者のうち医師が判断した者。
 - ・血圧が収縮期 140mmHg 以上又は拡張期 90mmHg 以上
 - ・血糖が空腹時血糖値 126mg/dl 以上、HbA1c 6.5%以上又は随時血糖値 126mg/dl 以上なお、特定健康診査当日から 1 カ月以内に実施した場合に、詳細部分の健診とみなす。
- ※7 血清クレアチニン検査は当該年度の特健康診査の結果等において、血圧又は血糖が次の基準に該当した者のうち医師が判断した者。
 - ・血圧が収縮期 130mmHg 以上 又は拡張期 85mmHg 以上
 - ・血糖が空腹時血糖値 100mg/dl 以上、HbA1c 5.6%以上又は随時血糖値 100mg/dl 以上なお、検査結果には、e-GFR による腎機能の評価も含む。

質 問 票

質 問 項 目	回 答
1-3 現在、aからcの薬の使用の有無。	
1 a. 血圧を下げる薬。	①はい ②いいえ
2 b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射。	①はい ②いいえ
3 c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬。	①はい ②いいえ
4 医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたりしたことがありますか。	①はい ②いいえ
5 医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたりしたことがありますか。	①はい ②いいえ
6 医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析など)を受けていますか。	①はい ②いいえ
7 医師から、貧血といわれたことがありますか。	①はい ②いいえ
8 現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 ※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と条件2を両方満たす者である。 条件1 : 最近1ヵ月間吸っている 条件2 : 生涯で6ヵ月以上吸っている、又は合計100本以上吸っている	①はい (条件1と条件2を両方満たす) ②以前は吸っていたが、最近1ヵ月間は吸っていない (条件2のみ満たす) ③いいえ (①②以外)
9 20歳の時の体重から10kg以上増加している。	①はい ②いいえ
10 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施。	①はい ②いいえ
11 日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施。	①はい ②いいえ
12 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ
13 食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	①何でもかんで食べることができる ②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある ③ほとんどかめない
14 人と比較して食べる速度が速い。	①速い ②ふつう ③遅い
15 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
16 朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	①毎日 ②時々 ③ほとんど摂取しない
17 朝食を抜くことが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
18 お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度はどのくらいですか。 (※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者)	①毎日 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤月に1～3日 ⑥月に1日未満 ⑦やめた ⑧飲まない (飲めない)
19 飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合(アルコール度数15度・180ml)の目安 : ビール(同5度・500ml)、焼酎(同25度・約110ml)、ワイン(同14度・約180ml)、ウイスキー(同43度・60ml)、缶チューハイ(同5度・約500ml、同7度・約350ml)	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 ⑤5合以上
20 睡眠で休養が十分とれている。	①はい ②いいえ
21 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。	①改善するつもりはない ②改善するつもりである(概ね6ヵ月以内) ③近いうちに(概ね1ヵ月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる(6ヵ月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(6ヵ月以上)
22 生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ