

あなたの健診結果は??

健康診査記録票とパンフレット「健診結果を活用しましょう」を確認

腹囲

男性 85cm以上
女性 90cm以上

BMI
25以上

←左の2つに
該当しない

血圧・血糖・脂質のいずれかが
保健指導判定値か受診勧奨値

血圧・血糖・脂質のいずれかについて
通院し、薬を飲んでいる

いいえ

はい

特定保健指導の対象者です

健診から3か月後に経年結果通知と一緒に
特定保健指導を案内します。
※ 市から電話や訪問する場合があります。

健康情報提供の対象者です

健診から3か月後に経年結果を通知します。
※健診結果を一定基準超える方には市から
電話や訪問いたします。

特定保健指導って何をするの？

管理栄養士
保健師等
の面接



食事診断



運動講座
(一定条件有)



利用者の **声**



運動習慣は以前からあったのですが、特定保健指導で牛乳と
麺類をとる量を見直す生活目標を立てました。6か月間、
目標に取り組んで体重1.1kg減量に成功！！血圧、脂質の
数値も改善しました。

Aさん 50代女性



問い合わせ

鎌ヶ谷市役所 保険年金課保健事業係 047-445-1418(直通)