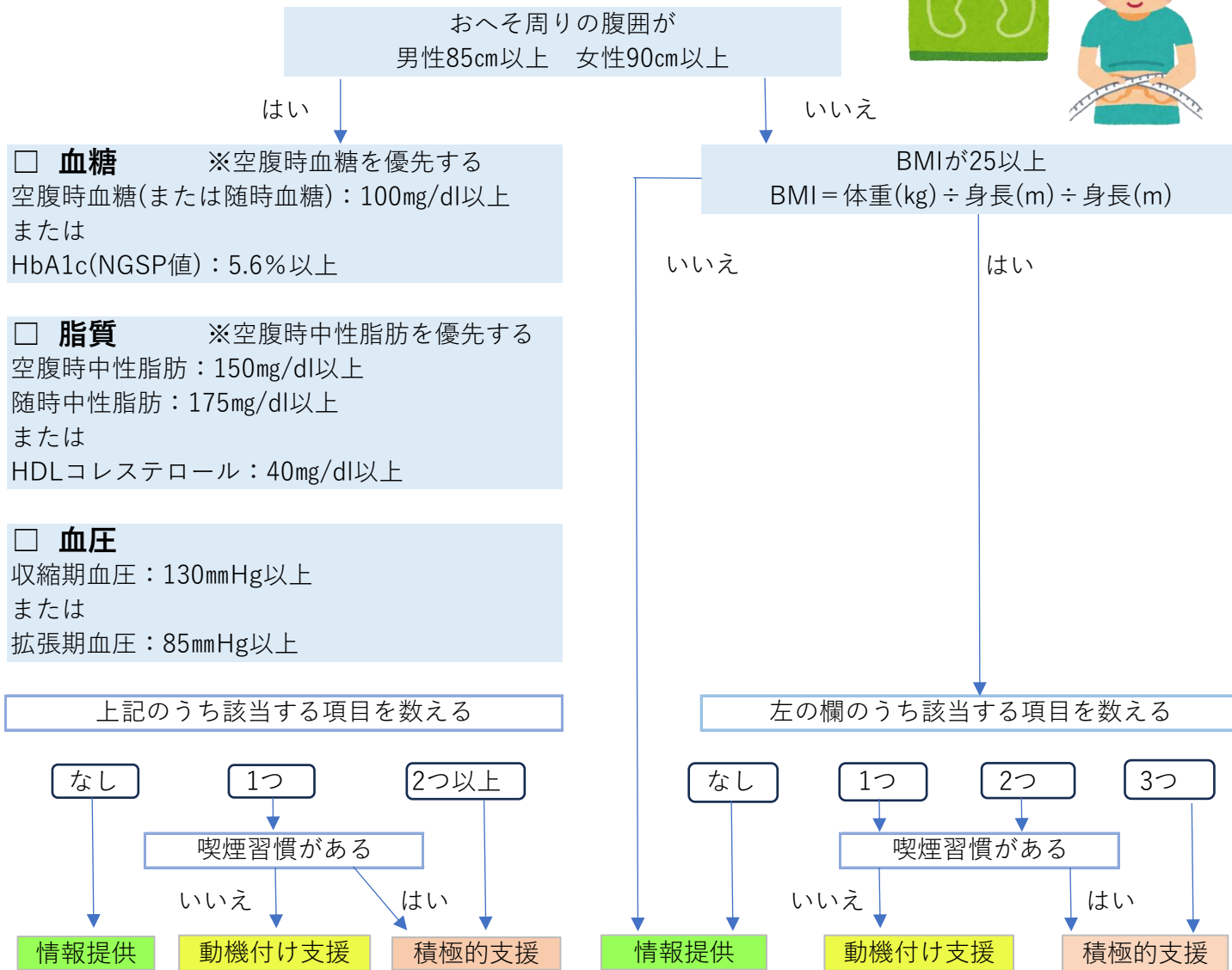


特定保健指導

特定保健指導とは、対象者自身が健康状態を自覚し、生活習慣を改善するための取り組みを継続的にできるようにすることを目的とします。保健師または管理栄養士が、食生活や運動、禁煙などの生活習慣を見直すためのサポートをします。

特定保健指導の種類



※糖尿病、脂質異常症または高血圧症の治療で薬を服用している方は対象となりません

※65歳以上の方は、積極的支援となった場合でも動機付け支援となります

支援方法

(1) 動機付け支援

メタボリックシンドロームのリスクが出現しはじめた方への支援です。生活習慣改善の必要性が中程度となります。

(2) 積極的支援

メタボリックシンドロームのリスクが重なっている方への支援です。生活習慣改善の必要性が高く、3～6カ月間の継続的なサポートを行います。