

# 健康診断

## 特定健診と労働安全衛生法・学校保健安全法との比較

	特定健診	労働安全衛生法	学校保健安全法 <sup>注1</sup>
診 察	既往歴	○	○
	うち服薬歴	○	※
	うち喫煙歴	○	※
	業務歴		○
	自覚症状	○	○
	他覚症状	○	○
身体計測	身長	○	○ <sup>注2</sup>
	体重	○	○
	腹 囲	○	○ <sup>注4</sup>
	BMI	○	○ <sup>注5</sup>
血 圧 等	血 圧	○	○
肝機能検査	AST (GOT)	○	○
	ALT (GPT)	○	○
	γ-GT (γ-GTP)	○	○
血中脂質検査	中性脂肪	○	○
	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)	○ <sup>注6</sup>	○ <sup>注6</sup>
血糖検査	空腹時血糖	◎	◎
	HbA1c	◎	△ <sup>注7</sup>
	随時血糖	◎ <sup>注8</sup>	◎ <sup>注9</sup>
尿 検 査	尿 糖	○	○
	尿蛋白	○	○
血液学検査 (貧血検査)	ヘマトクリット値	△	○
	血色素量	△	○
	赤血球数	△	○
心 電 図	△	○	○
眼底検査	△		
血清クレアチニン検査 (eGFR)	△	△ <sup>注7</sup>	
視 力		○	○
聴 力		○	○
胸部エックス線検査		○	○
喀痰検査		○ <sup>注10</sup>	△ <sup>注11</sup>
胃の疾病及び異常の有無			○ <sup>注12</sup>

- …必須項目  
△…医師の判断に基づき選択的に実施する項目  
◎…いずれかの項目の実施でも可  
※…必須ではないが、聴取の実施について協力依頼  
〔特定健康診査等の実施に関する協力依頼について(平成30年2月5日付け基発0205第1号・保発0205第1号)〕  
注：労働安全衛生法及び学校保健安全法の定期健康診査は、40歳以上における取扱いについて記載している。
- 注1) 学校の職員を対象とする。  
注2) 医師が必要でないと認めるときは省略可。  
注3) 二十歳以上の職員については検査の項目から除くことができる。  
注4) 以下の者については医師が必要でないと認めるときは省略可。  
1 妊娠中の女性そのほかの者であって、その腹囲が内臓脂肪の蓄積を反映していないと診断されたもの  
2 BMI(次の算式により算出したものをいう。以下同じ。)が20未満である者  
BMI=体重(kg)/身長(m)<sup>2</sup>  
3 自ら腹囲を測定し、その値を申告した者(BMIが22未満の者に限る。)  
注5) 算出可。  
注6) 中性脂肪(血清トリグリセリド)が400mg/dl以上である場合又は食後採血の場合は、LDLコレステロールに代えてNon-HDLコレステロール(総コレステロールからHDLコレステロールを除いたもの)で評価を行うことができる。  
注7) 医師が必要と認めた場合には実施することが望ましい項目。  
注8) やむを得ず空腹時以外に採血を行い、HbA1cを測定しない場合は、食直後(食事開始時から3.5時間未満)を除き随時血糖により血糖検査を行うことを可とする。  
注9) 検査値を特定健康診査に活用する場合には、食直後(食事開始時から3.5時間未満)の採血は避けることが必要。  
注10) 胸部エックス線検査により病変及び結核発病のおそれがないと診断された者について医師が必要でないと認めるときは省略可。  
注11) 胸部エックス線検査によって病変の発見された者及びその疑いのある者、結核患者並びに結核発病のおそれがあると診断されている者に対しては、胸部エックス線検査及び喀痰検査を行い、更に必要に応じ聴診、打診その他必要な検査を行う。  
注12) 妊娠中の女性職員については検査項目から除くものとし、妊娠可能年齢にある女性職員については、問診等を行った上で、医師が検査対象とするか否かを決定する。

### 特定保健指導の対象者(階層化)

腹 囲	追加リスク	④喫煙歴	対 象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40-64歳	65-74歳
≥85cm (男性) ≥90cm (女性)	2つ以上該当	あり	積極的 支援	動機付け 支援
	1つ該当	なし		
上記以外で BMI≥25kg/m <sup>2</sup>	3つ該当	あり	積極的 支援	動機付け 支援
	2つ該当	なし		
	1つ該当			

<追加リスクの基準>

血糖：空腹時血糖が100mg/dL以上又はHbA1cが5.6%以上

脂質：中性脂肪150 mg/dL以上又はHDLコレステロール40 mg/dL未満

血圧：収縮期130mmHg又は拡張期85mmHg以上

## 健診検査項目と判断基準

検査項目	保健指導	受診勧奨	単位	検査項目	保健指導	受診勧奨	単位
トリグリセライド <sup>*1</sup>	150	300	mg/dL	AST(GOT) <sup>*3</sup>	31	51	U/L
HDLコレステロール <sup>*1</sup>	39	34	mg/dL	ALT(GPT) <sup>*3</sup>	31	51	U/L
LDLコレステロール <sup>*1</sup>	120	140	mg/dL	γ-GT(γ-GTP) <sup>*3</sup>	51	101	U/L
Non-HDLコレステロール <sup>*1</sup>	150	170	mg/dL	eGFR <sup>*4</sup>	60	45	mL/分/1.73m <sup>2</sup>
空腹時血糖 <sup>*2</sup>	100	126	mg/dL	血色素量(ヘモグロビン値) <sup>*5</sup>	13.0(M)	12.0(M)	g/dL
HbA1c(NGSP) <sup>*2</sup>	5.6	6.5	%		12.0(F)	11.0(F)	
随時血糖 <sup>*2</sup>	100	126	mg/dL				

※1：日本動脈硬化学会の動脈硬化性疾患診療ガイドライン及び老人保健法による健康診査マニュアルに基づく

※2：日本糖尿病学会の糖尿病治療ガイドに基づく

※3：日本消化器病学会肝機能研究班意見書に基づく

※4：日本腎臓学会のCKD診療ガイドに基づく

※5：WHOの貧血の判定基準、人間ドック学会の人間ドック成績判定及び事後指導に関するガイドラインに基づく

## 健診の実施方法及び留意事項

### 検査前の食事の摂取、運動について

- ア アルコールの摂取や激しい運動は、健診の前日より控える。
- イ 午前中に健診を実施する場合は、空腹時血糖、中性脂肪等の検査結果に影響を及ぼすため、健診前10時間以上は、水以外の飲食物を摂取しない。
- ウ 午後に健診を実施する場合は、HbA1c検査を実施する場合であっても、軽めの朝食とすると共に、ほかの検査結果への影響を軽減するため、健診まで水以外の飲食物を摂取しないことが望ましい。
- エ やむを得ず空腹時以外に採血を行い、HbA1cを測定しない場合には、食後3時間半以降に採血を行う。

### 血中脂質検査、肝機能検査

- ア 原則として、分離剤入りブレイク採血管を用いる。
- イ 採血後、原則として早急に遠心分離し、24時間以内に測定するのが望ましい。  
なお、これが困難な場合は、採血後に採血管は冷蔵又は室温で保存し、12時間以内に遠心分離する。
- ウ 血清は、測定まで冷蔵で保存し、採血から72時間以内に測定する。
- エ 血中脂質検査の測定方法については、可視吸光度法、紫外吸光度法等による。  
LDLコレステロールは、トリグリセライド400mg/dl以上や食後採血の場合を除き、Friedwald式で計算する。トリグリセライド400mg/dl以上や食後採血の場合は、Non-HDLコレステロール値を用いて評価する。ただし、LDLコレステロールの直接測定法も可。  
LDLコレステロール(Friedwald式)及びNon-HDLは、次式により計算する：  
Friedwald式によるLDLコレステロール(mg/dl) = 総コレステロール(mg/dl) - HDLコレステロール(mg/dl) - 中性脂肪(mg/dl) / 5  
Non-HDLコレステロール値(mg/dl) = 総コレステロール値(mg/dl) - HDLコレステロール値(mg/dl)
- オ 肝機能検査の測定方法については、AST(GOT)及びALT(GPT)検査については、紫外吸光度法等によると共に、γ-GT(γ-GTP)検査については、可視吸光度法等による。

### 血糖検査

次のア又はイのいずれかの方法により行う。

- ア 空腹時血糖検査(やむを得ない場合には随時血糖検査)
  - ① 空腹時血糖であることを明らかにする。なお、10時間以上食事をしていない場合を空腹時血糖とする。  
やむを得ず空腹時以外において採血を行い、HbA1cを測定しない場合は、食直後を除き随時血糖により血糖検査を行うことを可とする。なお食直後とは、食事開始時から3.5時間未満とする。
  - ② 原則として、フッ化ナトリウム入り採血管(血糖検査用採血管)を用いる。
  - ③ 採血後、採血管を5～6回静かに転倒・混和する。
  - ④ 混和後、採血管は冷蔵で保管し、採血から6時間以内に遠心分離して測定することが望ましいが、困難な場合には、採血から12時間以内に遠心分離し測定する。
  - ⑤ 遠心分離で得られた血漿は、測定まで冷蔵で保存し、採血から72時間以内に測定する。
  - ⑥ 測定方法については、電位差法、可視吸光度法、紫外吸光度法等による。
- イ HbA1c検査
  - ① フッ化ナトリウム入り採血管(血糖検査用採血管)又はエチレンジアミン四酢酸(EDTA)入り採血管を用いる。
  - ② 採血後、採血管を5～6回静かに転倒・混和する。
  - ③ 混和後、採血管は、冷蔵で保管する。
  - ④ 採血後、48時間以内に測定する。
  - ⑤ 測定方法については、免疫学的方法、高速液体クロマトグラフィー(HPLC)法、酵素法等による。

### 尿中の糖及び蛋白の検査

- ア 原則として、中間尿を採尿する。
- イ 採取後、4時間以内に試験紙法で測定することが望ましいが、困難な場合には、尿検体を専用の容器に移して密栓し、室温で保存する場合は24時間以内、冷蔵で保存する場合は48時間以内に測定する。
- ウ そのほか、測定方法及び判定方法については、関係団体により手引書(「循環器病予防ハンドブック第7版」(一般社団法人日本循環器病予防学会編)等)が示されており、概要については一般社団法人日本循環器病予防学会のホームページ(<http://www.jacd.info/method/index.html>)において示されているので、これを参考とされたい。