

令和8年度 秦野市特定健康診査「検査項目の説明」

特定健診は、生活習慣病を予防することを目的とし、メタボリックシンドロームに着目した健康診断です。受診医療機関から「秦野市特定健康診査票」の写しが返却されましたら、以下をご参照ください。
 ※検査の「基準値」は、医療機関や測定方法により多少異なります。

検査項目	正常範囲	検査の説明など
BMI(体格指数)	18.5～24.9	肥満度の指標で、体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)の計算で出します。低いとやせすぎ、高いと肥満とされています。
腹囲(cm)	男性:85未満 女性:90未満	体脂肪には皮下脂肪と内臓脂肪があり、内臓脂肪の蓄積度合がわかります。
血圧 収縮期(mmHg)	129以下	動脈にかかる圧で、高血圧は動脈硬化を進行させます。 収縮期(最高)血圧:血液が心臓から全身へ送り出される時 拡張期(最低)血圧:血液が全身から心臓へ戻される時 収縮期血圧100mmHg以下を低血圧といいます。
血圧 拡張期(mmHg)	84以下	
空腹時中性脂肪(mg/dl)	149以下	体内にある脂肪の一種で身体のエネルギー源です。 多いと肥満や脂肪肝の原因となり、動脈硬化を進めます。
随時中性脂肪(mg/dl)	174以下	
HDLコレステロール(mg/dl)	40以上	別名「善玉コレステロール」。 血管の内側に付着したコレステロールを肝臓に運んで動脈硬化を予防します。
LDLコレステロール(mg/dl)	119以下	別名「悪玉コレステロール」。 多すぎると血管の内側に蓄積され、動脈硬化を進行させます。 心筋梗塞や脳梗塞の原因となります。
AST[GOT](U/l)	30以下	AST・ALTは肝臓や心筋などにある酵素で、これらの臓器が悪くなると増加します。
ALT[GPT](U/l)	30以下	
γ-GT[γ-GTP](U/l)	50以下	肝臓や胆道などに異常があると高値になります。 アルコール性や薬物性の肝障害では特に上昇します。
空腹時血糖・随時血糖(mg/dl)	99以下	血液中のブドウ糖のことを血糖といい、膵臓から出るインスリンというホルモンによって濃度が保たれています。糖尿病になると値は高くなります。 検査前の食事の影響によって変動します。
HbA1c(%) (NGSP値)	5.5以下	過去1～2か月間の血糖の状態が分かる指標です。 赤血球中のヘモグロビンと血液中のブドウ糖が結合したものです。 当日の食事や運動など短期間の血糖値の影響を受けません。
eGFR(ml/分/1.73m ²)	60.0以上	腎臓の働きを表した値です。腎機能低下発見の手掛かりになります。
血清尿酸(mg/dl)	6.9以下	新陳代謝によって生じる老廃物です。 腎臓からうまく排泄されなかったり、プリン体を含む食品を摂りすぎたりすると、数値が高くなり痛風や腎結石の原因になります。
尿潜血	(-)	腎臓・尿管・膀胱・尿道などの障害を見つけます。 異常がなくても反応することがあります。
尿糖	(-)	糖尿病発見の手掛かりになりますが、尿糖が陽性でも、すべての方が糖尿病ではありません。
尿蛋白	(-)	腎臓や尿路系の異常で陽性となります。異常がなくても激しい運動等で反応することもあります。

～糖尿病リスク予想ツールのご案内～

秦野市では、糖尿病の発症予防や糖尿病性腎症などの合併症の重症化を防止する取り組みを行っております。

30歳から64歳で糖尿病と診断されたことが無い方を対象に、健診結果などを入力すると3年以内に糖尿病が発症する確率が表示されます。是非、ご活用ください。



QRコード