

仙台市国保より

特定保健指導 ご利用案内

利用料金 **¥0**

特定健診の結果あなたは**特定保健指導**の対象者となりました

検査値が「少し高め」でも、油断は禁物。放っておくと自覚症状がない間に動脈硬化が進み、命に関わる病気を引き起こす可能性があります。今こそ健康習慣をアップデート！特定保健指導にお申込みください。

利用の流れ

1 事業者を選ぶ

同封の

令和7年度
積極的支援
利用ガイド

をご覧ください



2 申込む

WEBで予約する

24h 予約可能

電話で予約する

各事業者へ直接電話でお申込みください。

【オススメ】

予約専用



3 利用する



あなたは、どの項目に該当しているか
チェックしてみましょう

1 腹囲

男性85cm以上
女性90cm以上

または

2 BMI (体格指数)

【体重kg÷身長m÷身長m】
25以上



血管を痛める原因

○ 血糖 (糖尿病)

空腹時血糖が100mg/dL以上
またはHbA1c(NGSP)が5.6%以上

○ 脂質 (脂質異常症)

中性脂肪 空腹時150mg/dL以上
食後175mg/dL以上 または
HDLコレステロール 40mg/dL未満

○ 血圧 (高血圧症)

収縮期130mmHg以上または
拡張期85mmHg以上

○ 喫煙習慣がある

① +○が2項目以上

② +○が3項目以上

✓が入る方

積極的支援 に該当

注) 健診時の問診で血圧・血糖・脂質異常に関わる薬を服用している人は対象から除かれます。

あなたの健診結果を今すぐチェック! 裏面へ



令和7年度 特定健診結果表

誤表示箇所→

健診日	
年度末年齢	
採血時間	

検査項目		基準値	あなたの値
1	腹囲	男 85cm未満 女 90cm未満	
2	BMI	18.5～24.9	
血管を傷める原因	血糖 HbA1c	5.5 % 以下	
	中性脂肪	空腹時 149mg/dl 以下 随 時 174mg/dl 以下	
	脂質 HDL コレステロール	40mg/dl 以上	
	収縮期血圧	129mmHg 以下	
	拡張期血圧	84mmHg 以下	
	喫煙 喫煙歴	—	

※健診結果の一部を抜粋して表示しています。 *要指導 **要医療

※健診結果を受け取っていない場合は、早急に受診した医療機関にて結果の説明を受けてください。

お問い合わせ

仙台市健康福祉局保険年金課 ☎022-214-8351 受付時間 平日▶8:30～17:00

特定保健指導利用勧奨業務委託業者

 wellcle 株式会社ウェルクル



0120-905-425

受付時間 平日▶9:30～17:00

上記の電話番号より、ご案内の連絡をさせていただくことがあります。予めご了承ください。