



健診項目	解 説
腹 囲	内臓脂肪の蓄積の程度がわかる。
B M I	肥満を判定する体格指数 ■BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) ※2
血 圧	心臓が血液を送り出すときに血管に加わる圧力。「収縮期血圧」は、心臓から送り出された血液の動脈壁に加わる最も高い圧力、「拡張期血圧」は、心臓に戻るときに動脈壁にかかる最も低い圧力をいう。
尿 糖	尿中に含まれる糖で血糖値が高いと+になる。
尿 蛋 白	尿中に含まれる蛋白。腎臓から尿道までの、尿の通り道の病気を調べる。
中性脂肪(TG)※1	糖質、脂質、アルコールのとり過ぎや、肝臓・胆道・腎臓の病気などで上昇する。主にエネルギーとして利用され、残りは脂肪として体内に蓄積される。
HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言われる。余分なLDLコレステロールを回収する。
LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言われる。血管壁にたまり動脈硬化を促進する。
G O T (A S T)	肝臓や心筋に多い酵素。これらの臓器や組織が壊れると血液中に増加する。
G P T (A L T)	肝臓に多い酵素。肝細胞が壊れると血液中に増加する。
γ-GT (γ-GTP)	飲酒と関わりの強い酵素。アルコール性肝炎などで上昇する。
空腹時血糖 ※2	血液中に含まれるブドウ糖の量。糖尿病の診断基準。
HbA1c(NGSP値)	過去1～2ヶ月の血糖の平均値が推定できる。
赤 血 球 数	肺で取り入れた酸素を全身に運び、不要になった二酸化炭素を回収して肺に運ぶ。
ヘ モ グ ロ ビ ン	赤血球の中の赤い物質。酸素を運ぶ。
ヘ マ ト ク リ ッ ト	血液中に占める赤血球の割合。
血清クレアチニン	血液中の老廃物。通常は尿から排泄されるが、腎臓の排泄機能が低下すると上昇する。
e G F R	血清クレアチニン値と性別・年齢から算出。腎臓のろ過機能を表し、腎機能低下で下がる。
血 清 尿 酸	細胞内のたんぱく質(プリン体)の代謝産物。痛風の原因物質。
心 電 図	心臓が発する電流の波形。心臓全体の働きを調べることができる。
眼 底 検 査	動脈硬化の程度、高血圧、糖尿病による眼の合併症等を調べることができる。

※2 食後10時間未満の採血のときは「随時血糖」で表記します。126mg/dl以上の場合は、医師の指示に従いましょう。
※1 食後10時間未満の採血のときは「随時中性脂肪」で表記します。300mg/dl以上の場合は、医師の指示に従いましょう。

歩いておトク！「ふじ健康ポイント」

- ふじ健康ポイントは、歩くことで貯まるポイント。
- 月に1,000ポイント貯めると、毎月30名様以上に抽選で **1,000円分のAmazonギフト券** が当たります。
- 特定健診を受診したあなたにボーナスポイント100ポイントプレゼント！



問合せ／富士市健康政策課 健康推進担当 ☎0545-64-9023（フィランセ西館1階）

富士市 国民健康保険 特定健診の結果からわかること

健診項目			判定区分	A 異常なし	B 生活習慣改善レベル	D 受診勧奨レベル
身体測定	腹 囲	男性	84.9以下	85.0以上		
		女性	89.9以下	90.0以上		
	B M I		18.5～24.9	18.4以下25.0以上		
血 圧	収縮期血圧	mmHg	129以下	130～139	140以上	
	拡張期血圧	mmHg	84以下	85～89	90以上	
尿 検 査	尿 糖		—	±	+～	
	尿蛋白		—	±	+～	
血液検査	脂 質	空腹時中性脂肪(TG)	mg/dl	30～149	150～299	300以上
		HDLコレステロール	mg/dl	40以上	35～39	34以下
		LDLコレステロール	mg/dl	60～119	120～139	140以上
	肝機能	AST (GOT)	U/l	0～30	31～50	51以上
		ALT (GPT)	U/l	0～30	31～50	51以上
		γ-GTP (γ-GT)	U/l	0～50	51～100	101以上
	血 糖	空腹時血糖	mg/dl	99以下	100～125	126以上
		HbA1c(NGSP値)	%	5.5以下	5.6～6.4	6.5以上
	貧 血	赤血球数	男性	400～539	360～399 / 540～579	359以下 / 580以上
			女性	360～489	330～359 / 490～519	329以下 / 520以上
		ヘモグロビン	男性	13.1～16.6	12.1～13.0 / 16.7～17.9	12.0以下 / 18.0以上
			女性	12.1～14.6	11.1～12.0 / 14.7～15.9	11.0以下 / 16.0以上
		ヘマトクリット	男性	38.5～48.9	35.4～38.4 / 49.0～52.8	35.3以下 / 52.9以上
			女性	35.5～43.9	32.4～35.4 / 44.0～46.9	32.3以下 / 47.0以上
	腎機能	血清クレアチニン	男性	1.09以下	1.10～1.29	1.30以上
			女性	0.79以下	0.80～0.99	1.00以上
		eGFR	ml/分/1.73m ²	60.0以上	45.0～59.9	44.9以下
	尿 酸	血清尿酸		mg/dl	6.9以下	
心 電 図			異常なし	軽度異常	要精密検査	
眼 底 検 査			所見なし	所見あり	所見あり	

※受診勧奨レベルの値があるときは、速やかに受診して医師の指示に従いましょう！

（発行）富士市国民健康保険 富士市国保年金課 電話：0545-55-2917

マイナポータルで、令和2年度以降の健診結果が確認できます。