

(メタボ系の検査)			
健診項目	基準範囲	説明	
BMI	18.5～25未満	身長・体重から肥満ややせ具合を判定します。 25以上：肥満（高血圧、高血糖、痛風、脂質異常などのリスクが高まります） 18.5未満：やせ（低栄養、甲状腺機能亢進症などの可能性がある場合があります）	【生活習慣改善が必要な方へ】 食事や運動で生活習慣を改善しましょう。 健診センターにて保健師の健康相談も行っていますのでご利用ください。
血圧（mmHg）	最高血圧130未満	血圧は心臓の収縮及び拡張時の血管にかかる圧力です。 高血圧が長期間続くと、心臓や血管にかかる負担が大きくなり、動脈硬化がすすみます。その結果脳卒中や心臓病、腎臓病のリスクが高まります。	【生活習慣改善が必要な方へ】 食事や運動で生活習慣を改善しましょう。 家庭で血圧を毎日測定して記録しましょう。  【精密検査が必要な方へ】 内科を受診してください。
	最低血圧 85未満		
腹囲（cm）	男性 85未満	メタボリック診断の必須項目です。内臓脂肪の蓄積度合いがわかります。 おなかを中心とした内臓のまわりに蓄積した脂肪を「内臓脂肪」といいます。 内臓脂肪の量が過剰に増えるとLDLコレステロール（悪玉コレステロール）が増加し、動脈硬化や血栓のリスクが高くなります。	【生活習慣改善が必要な方へ】 食事や運動で生活習慣を改善しましょう。 健診センターにて保健師の健康相談も行っていますのでご利用ください。
	女性 90未満		