

## 仕 様 書

### 1. 請負の表示

一般定期健康診断及び特殊定期健康診断請負業務 一式

### 2. 概要

受注者は、一般定期健康診断及び特殊定期健康診断が、国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学の学生・教職員の健康管理上重要な行為であることを十分に認識し、その実施にあたっては、特に優秀な検査技能と設備により、正確な検査データの提供に努め、善良な管理者の注意をもって、迅速・確実に行うものとする。

### 3. 契約期間

令和7年4月1日から令和10年3月31日

### 4. 検査予定件数

別紙1「年間予定件数表」のとおり

(但し、発注者の都合により増減することがある。)

### 5. 実施場所

国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学ミレニアムホール

### 6. 対象者及び実施時期等

検査は、本学職員の指示した受検者名簿により次のとおり行うこと。また、本学構成員のデータをCSV形式で提供するため、健康診断1週間前までに氏名等を印字した受診票を本学保健管理センターに提出すること。なお、本学職員の指示した受検者名簿に留学生表記がある場合は、英語版の受診票にて提出すること。さらにこの場合は、受注者における健康診断情報の取得及び取り扱いに関する情報についても、英語版を提出すること。

#### (1) 一般定期健康診断

対象者

一般A： 35歳未満と36～39歳の教職員  
学生

一般B： 35歳の教職員、40歳以上の教職員

実施時期 各年4～6月頃、10～12月頃

(詳細な実施日時等については、本学と受注者との間で協議して定めるものとする。)

実施期間 各年とも4～6月頃の5日間

(内訳)

|                               |   |    |
|-------------------------------|---|----|
| 教職員                           | : | 2日 |
| 情報科学領域に主指導教員が在籍している学生、その他     | : | 1日 |
| バイオサイエンス領域に主指導教員が在籍している学生、その他 | : | 1日 |
| 物質創成科学領域に主指導教員が在籍している学生、その他   | : | 1日 |

各年とも10～12月頃の2日間  
学生（秋入学）

: 2日

## (2) 特殊定期健康診断

### 対象者

特殊〔電離放射線〕定期健康診断  
放射線業務従事者として登録の者

特殊〔遺伝子組換え〕定期健康診断  
遺伝子組換え実験従事者として登録の者

特殊〔有機溶剤〕定期健康診断  
有機溶剤を使用する実験従事者で、使用頻度、取扱量などから産業医が必要と判断した者

特殊〔特定化学物質〕定期健康診断  
特定化学物質を使用する実験従事者で、使用頻度、取扱量などから産業医が必要と判断した者

実施時期： 各年4～6月頃、10～12月頃  
(詳細な実施日時については、本学と受注者との間で協議して定めるものとする。)

実施期間： 各年とも4～6月頃の5日間、10～12月頃の2日間 一般定期健康診断と同時に行う。

## 7. 実施要領等

### (1) 実施要領

- ① 別紙2「人員配置図」のとおり人員及び検査に必要な機器、機材を配置し、薬品、記録紙及び採取容器等を用意のうえ、検査を実施すること。ただし、机及び椅子については、本学の物品を使用してもよい。また、胸部X線検査（間接撮影）については、レントゲン車での巡回検診により実施すること。
- ② 血液などの検体物が凝固・容量の不足または検査機器の不備等、検査実施上の不備により検査不能となったときは、受注者の負担により当該項目について再検査を行うこと。
- ③ 検査に伴い採取した検体については、1ヶ月間保存すること。

### (2) 検査項目

- ① 一般定期健康診断1 問診・内科診察※1、身長、体重、肥満度、視力検査、胸部X線検査（間接撮影）、血圧測定、尿検査（糖、蛋白、潜血、ウロビリノーゲン）
- ② 一般定期健康診断2 ①より胸部X線検査を除いたもの
- ③ 心電図検査 安静時12誘導

|                        |                                                                                                                                                                         |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ④ 聴力検査                 | オーディオメータ法（1000Hz・4000Hz）                                                                                                                                                |
| ⑤ 血液検査 1               | 末梢血液検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値、白血球数と白血球百分率、血小板数）、肝機能検査（GOT、GPT、 $\gamma$ GTP、ALP）、糖質検査（ヘモグロビンA1c）、脂質検査（総コレステロール、HDL／善玉コレステロール、LDL／悪玉コレステロール、中性脂肪）、腎機能検査（クレアチニン）、痛風検査（尿酸）     |
| ⑥ 血液検査 2               | 末梢血液検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値、白血球数と白血球百分率、血小板数）、肝機能検査（GOT、GPT、 $\gamma$ GTP、ALP）、糖質検査（血糖値、ヘモグロビンA1c）、脂質検査（総コレステロール、HDL／善玉コレステロール、LDL／悪玉コレステロール、中性脂肪）、腎機能検査（クレアチニン）、痛風検査（尿酸） |
| ⑦ 特殊定期健康診断<br>（10～12月） | 問診・内科診察※1、末梢血液検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値、白血球数と百分率、血小板数）、肝機能検査（GOT、GPT、 $\gamma$ GTP、ALP）                                                                                     |
| ⑧ 大腸癌検査                | 便潜血（ヒトヘモグロビン）1日法                                                                                                                                                        |
| ⑨ 胃部X線検査               | 間接撮影                                                                                                                                                                    |
| ⑩ 喀痰細胞診検査              | 喀痰細胞診                                                                                                                                                                   |
| ⑪ 腹囲                   | おへその高さの腹囲                                                                                                                                                               |
| ⑫ 尿代謝物                 | 馬尿酸                                                                                                                                                                     |
| ⑬ 尿代謝物                 | メチル馬尿酸                                                                                                                                                                  |
| ⑭ 尿代謝物                 | 2，5ヘキサンジオン                                                                                                                                                              |
| ⑮ 尿代謝物                 | N－メチルホルムアミド                                                                                                                                                             |
| ⑯ 尿代謝物                 | マンデル酸                                                                                                                                                                   |
| ⑰ 血液検査                 | 血清インジウム、血清シアル化糖鎖抗原KL-6                                                                                                                                                  |
| ⑱ 尿検査                  | 糖、蛋白質、潜血、ウロビリノーゲン、尿沈渣                                                                                                                                                   |
| ⑲ 特定化学物質               | 肺活量測定                                                                                                                                                                   |
| ⑳ 特定化学物質尿代謝物           | スチレン代謝物                                                                                                                                                                 |
| ㉑ 特定化学物質               | 尿BMG                                                                                                                                                                    |
| ㉒ 特定化学物質               | 血中カドミウム                                                                                                                                                                 |

- ②③ 特定化学物質 胸部X線検査（間接撮影）（10～12月のみ）  
（クロロメチルメチルエーテル）

※1 問診・内科診察

問診・内科診察は、既往歴及び業務歴並びに自覚・他覚症状の調査を行うこと。  
また、一般定期健康診断及び特殊定期健康診断とも、放射線業務従事者、遺伝子組換え実験従事者、有機溶剤を使用する実験従事者、特定化学物質を使用する実験従事者に該当する場合は、それぞれ次の内容等も行うこと。

- ・ 放射線業務従事者  
被爆経歴の評価、白内障に関する眼の診察、皮膚の診察
- ・ 遺伝子組換え実験従事者  
遺伝子組換え実験に携わった期間、遺伝子組換え実験に従事後新たに出現した自覚症状の調査
- ・ 有機溶剤を使用する実験従事者  
業務経歴、有機溶剤による既往歴、自覚症状、他覚症状の調査
- ・ 特定化学物質を使用する実験従事者  
問診（業務経歴、作業条件、特定化学物質による既往歴、自覚症状、他覚症状の調査）、診察（皮膚所見、鼻腔所見、カドミウム黄色環、肝・脾臓腫大、握力の検査）

(3) 検査内容

① 一般定期健康診断

（一般A） 一般定期健康診断1、聴力検査、血液検査1

（一般B） 一般定期健康診断1、聴力検査、血液検査2、心電図検査、胃部X線検査、大腸癌検査、喀痰細胞診検査、腹囲

② 特殊定期健康診断

特殊〔電離放射線〕定期健康診断

特殊定期健康診断、尿検査

特殊〔遺伝子組換え〕定期健康診断

特殊定期健康診断、尿検査

特殊〔有機溶剤〕定期健康診断

特殊定期健康診断、尿検査、尿代謝物

特殊〔特定化学物質〕定期健康診断

特殊定期健康診断、尿検査、血液検査（インジウム・カドニウム）

尿検査（スチレン代謝物・BMG）・肺活量

※但し、一般定期健康診断と特殊定期健康診断の項目が重複する場合は  
一般定期健康診断を受検することにより特殊健康診断の該当する項目を  
受検したものとする。

(4) 検査に係る情報提供

法令等の改正により、対象有機溶剤・特定化学物質等及び健康診断検査項目の改廃がある場合、あらかじめ発注者に情報提供すること。

## 8. 検収

- (1) 検査結果報告書による氏名、検査結果の確認をもって、検収とする。
- (2) 検査結果報告書は、別紙3「国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学健康診断判定基準一覧」に基づき作成すること。ただし、法令等の改正により当該判定基準を変更する必要があるときは、受注者は本学と協議の上、変更後の基準により検査結果報告書を作成すること。なお、本学保健管理センター保管用結果報告書（個人別）及び受検者配布用結果報告書については、今回の検査結果とともに、過去2年分の検査結果についても記載すること（過去2年分の検査結果については、本学より受注者に提供する）。また、受診データは5年間保管すること。

## (3) 提出部数

本学保健管理センター保管用

|            |    |
|------------|----|
| 結果報告書（個人別） | 1部 |
| 結果一覧表      | 1部 |
| 結果集計表      | 1部 |
| 要管理者一覧     | 1部 |

受検者配布用結果報告書 1部

- ※ 上記のほか、本学保健管理センター保管用のCSVデータを提出すること。また、学生の受検者については、別紙4に従い証明書発行機用データをCSVデータにて提出すること。

## (4) 提出期限

健康診断実施の最終日から3ヶ月以内に提出すること。

## (5) 提出先

国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学保健管理センター

## 9. プライバシーマーク

「プライバシーマーク」等認証を取得している者（企業）に本業務を委託する。

## 10. その他

- (1) 受注者は、業務上知り得た情報を第三者に漏らしたり、不当な目的に利用してはならないものとする。
- (2) 受注者は、業務上知り得た個人情報については、契約書案別紙2「個人情報の取扱いに関する特記事項」を遵守して取り扱うものとする。
- (3) 本仕様書に記載されていない事項並びに検査実施に際し、疑義を生じたときは、その都度本学担当職員に連絡し、その指示に従うものとする。

年間予定件数表

(4～6月)

| 検査項目                                      | 年間予定件数（人） |       |       |
|-------------------------------------------|-----------|-------|-------|
|                                           | 教職員       | 学生    | 計     |
| ① 一般定期健康診断 1                              | 530       | 1,097 | 1,627 |
| ② 一般定期健康診断 2                              | 13        | 3     | 16    |
| ③ 心電図検査                                   | 369       | 0     | 369   |
| ④ 聴力検査                                    | 540       | 1,100 | 1,640 |
| ⑤ 血液検査 1                                  | 172       | 1,100 | 1,272 |
| ⑥ 血液検査 2                                  | 371       | 0     | 371   |
| ⑦ 特殊定期健康診断（10月～12月）                       | 0         | 0     | 0     |
| ⑧ 大腸癌検査                                   | 228       | 0     | 228   |
| ⑨ 胃部X線検査                                  | 162       | 0     | 162   |
| ⑩ 喀痰細胞診検査                                 | 39        | 0     | 39    |
| ⑪ 腹囲                                      | 368       | 0     | 368   |
| ⑫ 尿代謝物（馬尿酸）                               | 9         | 26    | 35    |
| ⑬ 尿代謝物（メチル馬尿酸）                            | 3         | 11    | 14    |
| ⑭ 尿代謝物（2,5-ヘキサンジオン）                       | 18        | 36    | 54    |
| ⑮ 尿代謝物（N-メチルホルムアミド）                       | 6         | 16    | 22    |
| ⑯ 尿代謝物（マンデル酸）                             | 10        | 12    | 22    |
| ⑰ 血液検査（インジウム）                             | 5         | 9     | 14    |
| ⑱ 尿検査                                     | 0         | 0     | 0     |
| ⑲ 特定化学物質（肺活量測定）                           | 1         | 4     | 5     |
| ⑳ 特定化学物質尿代謝物（スチレン代謝物）                     | 10        | 10    | 20    |
| ㉑ 特定化学物質（尿BMG）                            | 1         | 0     | 1     |
| ㉒ 特定化学物質（血中カドミウム）                         | 1         | 0     | 1     |
| ㉓ 胸部X線検査（間接撮影）（10～12月）<br>（クロロメチルメチルエーテル） | 0         | 0     | 0     |

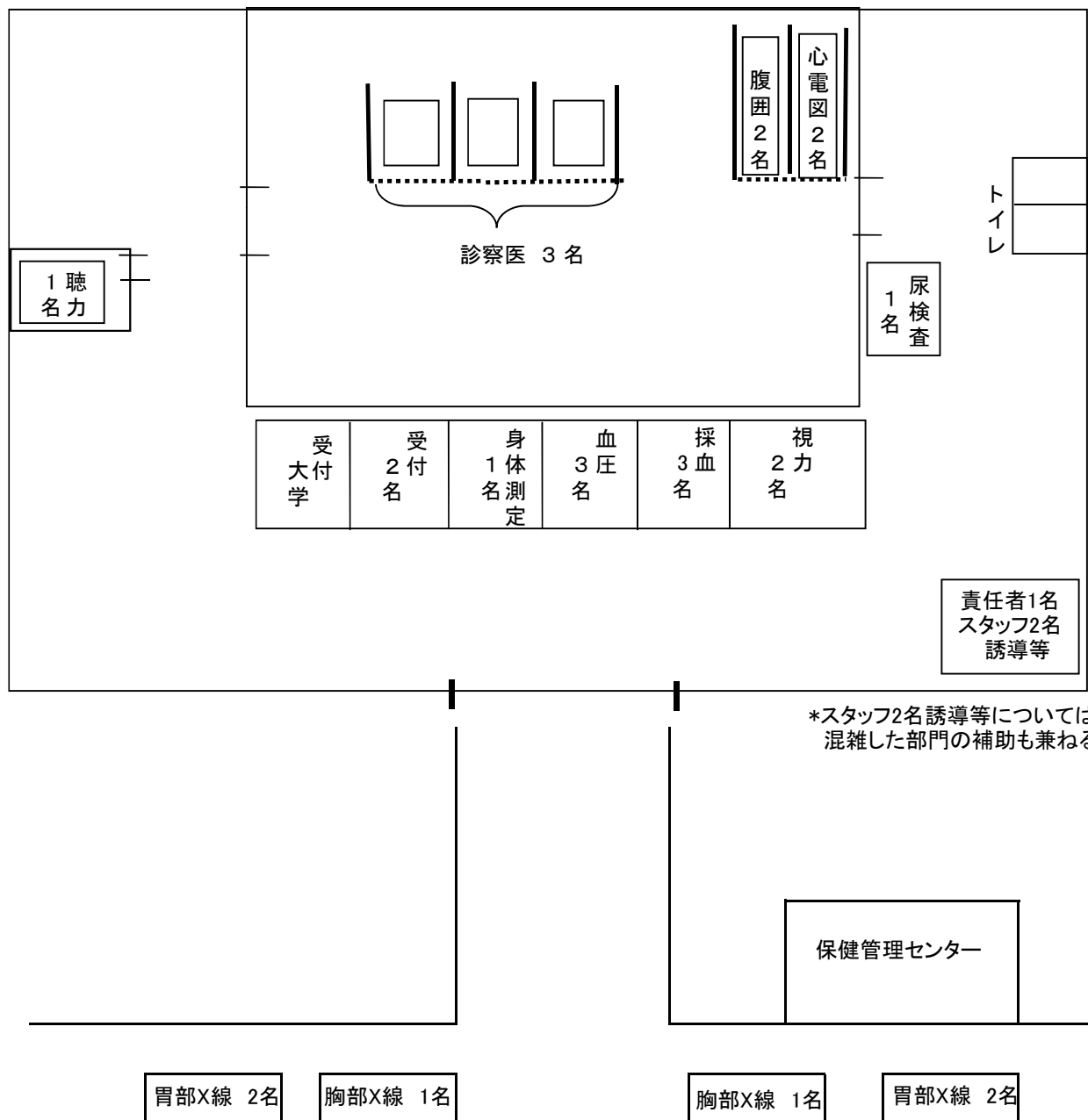
※実施時期「（4～6月）」についても、〔電離放射線〕〔有機溶剤〕〔特定化学物質〕〔遺伝子組換え〕の特殊定期健康診断を実施しているが、「一般定期健康診断 1」又は「一般定期健康診断 2」並びに「血液検査 1」又は「血液検査 2」の組み合わせによる検査で実施しているため、別紙 1「年間予定件数表」の「⑦特殊定期健康診断（10～12月）」の件数は「0」となっている。

( 1 0 ～ 1 2 月 )

| 検査項目                                                 | 年間予定件数 (人) |     |     |
|------------------------------------------------------|------------|-----|-----|
|                                                      | 教職員        | 学生  | 計   |
| ① 一般定期健康診断 1                                         | 2          | 57  | 59  |
| ② 一般定期健康診断 2                                         | 0          | 1   | 1   |
| ③ 心電図検査                                              | 0          | 0   | 0   |
| ④ 聴力検査                                               | 2          | 58  | 60  |
| ⑤ 血液検査 1                                             | 2          | 58  | 60  |
| ⑥ 血液検査 2                                             | 0          | 0   | 0   |
| ⑦ 特殊定期健康診断 ( 1 0 月 ～ 1 2 月 )                         | 192        | 486 | 678 |
| ⑧ 大腸癌検査                                              | 0          | 0   | 0   |
| ⑨ 胃部 X 線検査                                           | 0          | 0   | 0   |
| ⑩ 喀痰細胞診検査                                            | 0          | 0   | 0   |
| ⑪ 腹囲                                                 | 0          | 0   | 0   |
| ⑫ 尿代謝物 (馬尿酸)                                         | 10         | 38  | 48  |
| ⑬ 尿代謝物 (メチル馬尿酸)                                      | 2          | 14  | 16  |
| ⑭ 尿代謝物 ( 2 , 5 ヘキサンジオン)                              | 16         | 49  | 65  |
| ⑮ 尿代謝物 (N-メチルホルムアミド)                                 | 5          | 23  | 28  |
| ⑯ 尿代謝物 (マンデル酸)                                       | 0          | 0   | 0   |
| ⑰ 血液検査 (インジウム)                                       | 5          | 10  | 15  |
| ⑱ 尿検査                                                | 194        | 544 | 738 |
| ⑲ 特定化学物質 (肺活量測定)                                     | 0          | 0   | 0   |
| ⑳ 特定化学物質尿代謝物 (スチレン代謝物)                               | 4          | 10  | 14  |
| ㉑ 特定化学物質 (尿 BMG)                                     | 1          | 0   | 1   |
| ㉒ 特定化学物質 (血中カドミウム)                                   | 1          | 0   | 1   |
| ㉓ 胸部 X 線検査 (間接撮影) ( 1 0 ～ 1 2 月 )<br>(クロロメチルメチルエーテル) | 2          | 2   | 4   |

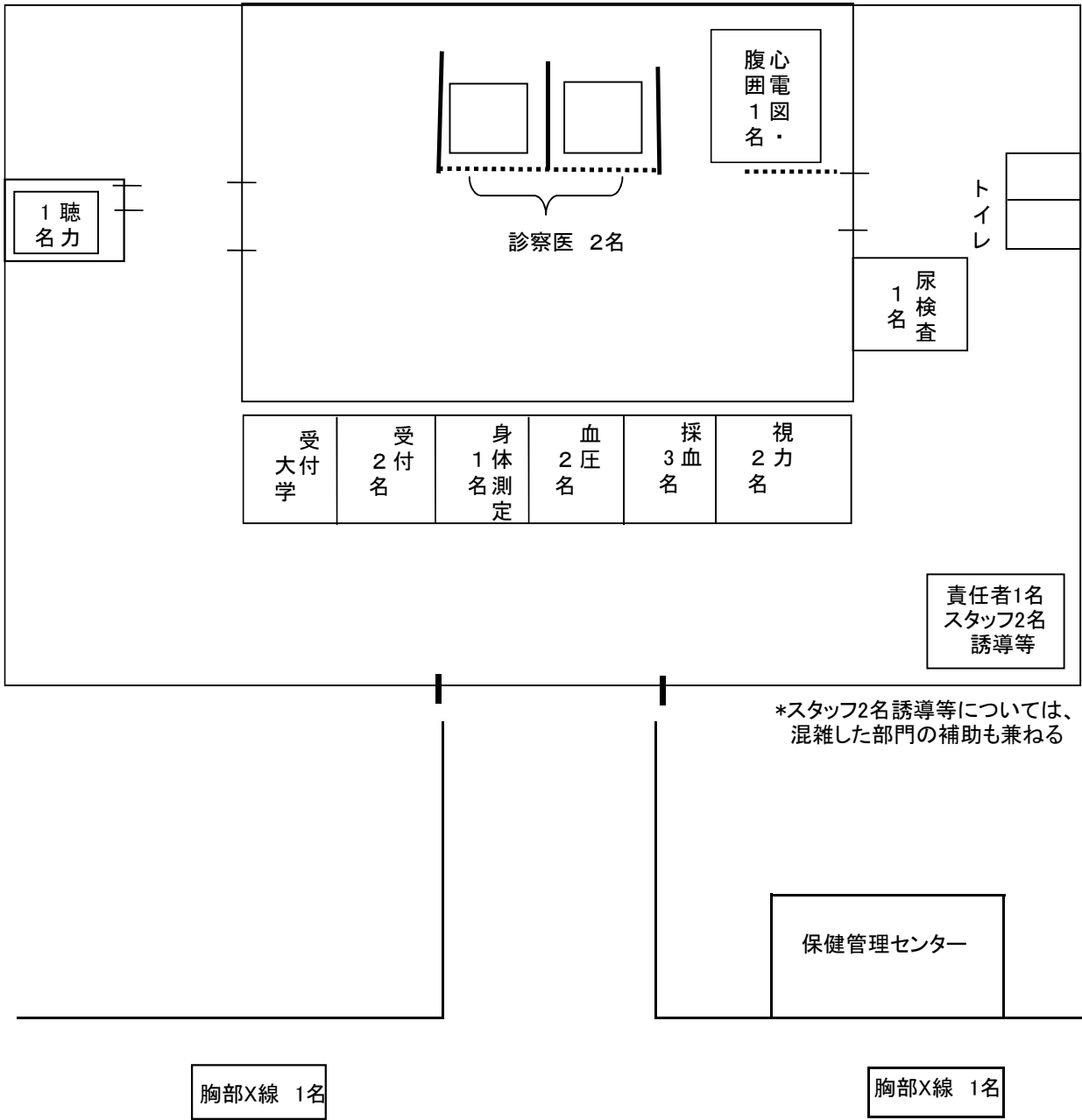
# 一般定期健康診断 人員配置図（教職員）

ミレニウムホール



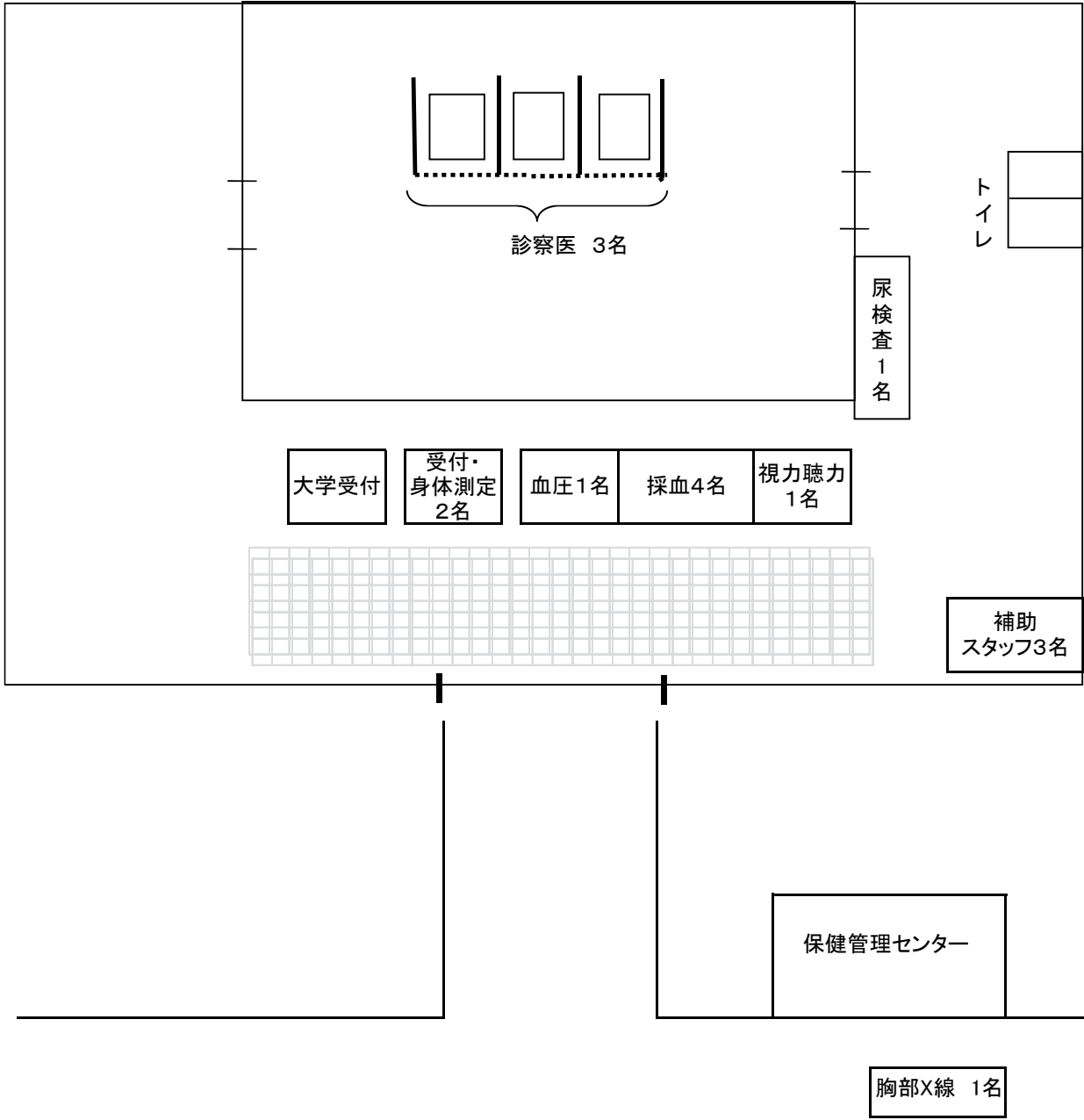
一般定期健康診断 人員配置図（学生）

ミレニアムホール



一般定期健康診断 人員配置図（特健・秋入学）

ミレニアムホール



## 国立大学法人奈良先端科学技術大学院大学健康診断判定基準一覧

注)本判定基準一覧の中、「記号」については例が記載されているものであり、異なる記号を使用してもかまわない。

# メタボリックシンドローム診断基準

① 腹部肥満 …おへその高さの腹囲 男性 85cm以上 女性 90cm以上

② 脂質異常症 …中性脂肪 150以上 &・or HDLcho 40未満 &・or 治療中<脂質異常症(高TG血症・低HDLコレ血症)で薬剤治療中>

③ 高血圧 …収縮期 130以上 &・or 拡張期 85以上 &・or 治療中<高血圧で薬剤治療中>

④ 高血糖 …空腹時血糖値 110以上 or血糖なし及び食後600分以内の時 HbA1c6. 0以上 &・or 治療中<糖尿病で薬剤治療中>

## 【メタボリックシンドローム診断】

| 番号 | 条件                   | メタボリックシンドローム診断 | コメント                                                                                                                                                    |
|----|----------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | ① 正常                 | 非該当            | 腹部肥満(内臓脂肪の蓄積)に加えて、脂質異常・高血圧・高血糖のうち、2つ以上が重なった状態をいいます。今回の検査では、メタボリックシンドロームには該当していません。今後もこの状態が続くように食事・運動など生活習慣に注意しましょう。                                     |
| 2  | ①のみ当てはまる             | 非該当            | 腹部肥満(内臓脂肪の蓄積)に加えて、脂質異常・高血圧・高血糖のうち、2つ以上が重なった状態をいいます。今回の検査では、特に該当しませんが腹囲(胴囲)が基準範囲を超えています。過食、飲み過ぎ、運動不足に注意し腹囲(内臓脂肪)を減らすよう努めましょう。                            |
| 3  | ①&②～④のうち1つ当てはまる      | 予備群該当          | 腹部肥満(内臓脂肪の蓄積)に加えて、脂質異常・高血圧・高血糖のうち、2つ以上が重なった状態をいいます。今回の検査では、腹囲が基準範囲を超え、それに加え1つが該当しメタボリックシンドロームになる可能性が高いと思われます。食べ過ぎ、飲み過ぎ、運動不足を改善し、腹囲(内臓脂肪)を減らすよう努力してください。 |
| 4  | ①&②～④のうち2つ以上当てはまる    | 基準該当           | 腹部肥満(内臓脂肪の蓄積)に加えて、脂質異常・高血圧・高血糖のうち、2つ以上が重なった状態をいいます。今回の検査では、メタボリックシンドロームに該当しており、脳血管障害・狭心症・心筋梗塞になる危険性が高くなっていますので、食事や運動習慣などの改善について医師の指導を受けてください。           |
| 5  | 妊娠中(原則として測定しない)      |                | 妊娠中ですので、今回はメタボリックシンドローム診断には該当しません。食事や運動に注意し、健康には充分留意してください。                                                                                             |
| 6  | 1以外でHbA1cなしで食後600分以内 | 判定不能           | 今回の検査は食後のため、メタボリックシンドローム診断の判定ができませんでした。                                                                                                                 |

**BMI(肥満度)**

| 番号 | 条件                                          | 区分  | 判定    | 記号 | コメント                                                                             |
|----|---------------------------------------------|-----|-------|----|----------------------------------------------------------------------------------|
|    | BMI                                         |     |       |    |                                                                                  |
| 1  | 16. 9以下                                     | 低体重 | 要生活改善 | B1 | やせ過ぎです。体質的なものかもしれませんが、さらに体重が減るようでしたら、医師にご相談ください。                                 |
| 2  | 17. 0～18. 4                                 | 低体重 | 要生活改善 | B1 | やせています。体質も考えられますが、偏食していませんか。バランスの良い食事をとるように心がけましょう。                              |
| 3  | 18. 5～24. 9で<br>腹囲(胴囲) 男85未満 女90 未満         | 標準  | 異常なし  | A  | BMIと腹囲が共に基準範囲で標準的な体格です。現在の体重を維持するように努めましょう。                                      |
|    | 18. 5～24. 9で<br>腹囲なし                        |     | 異常なし  | A  | BMIは基準範囲です。現在の体重を維持するように努めましょう。                                                  |
|    | 18. 5～24. 9で<br>腹囲(胴囲) 男85.0以上 女90.0 以上     |     | 要生活改善 | B1 | BMIは基準範囲ですが、腹囲(胴囲)が基準範囲を超えています。内臓脂肪型肥満の疑いがあり生活習慣の改善が必要です。適切な運動と食事を心がけてください。      |
| 4  | 25. 0～29. 9で<br>腹囲(胴囲) 男85未満 女90 未満         | 肥満  | 要生活改善 | B1 | 肥満です。腹囲(胴囲)は基準値範囲内ですが減量が必要です。過食を控えバランスの良い食事を取り適度な運動をしましょう。                       |
|    | 25. 0～29. 9で<br>腹囲(胴囲) 男85.0以上 女90.0 以上又はなし |     |       |    | 肥満です。肥満は生活習慣病の誘因となりますので、過食、運動不足に注意し、体重を減らすように努めてください。食事療法・運動療法について医師の指導を受けてください。 |
| 5  | 30. 0以上                                     | 肥満  | 要生活改善 | B1 | かなりの肥満です。生活習慣病が発症している可能性が高いと思われます。食事・運動について専門家の指導を受けて、今の生活習慣を改善し体重を減らしてください。     |

**妊娠中**

(妊娠中の場合 下記のコメントを出力し肥満のコメントは出力しない。但し自動判定は実施、5年カルテ、集計などに関連)

| 番号 | 条件          | 区分 | 判定 | 記号 | コメント                                                           |
|----|-------------|----|----|----|----------------------------------------------------------------|
|    | BMI         |    |    |    |                                                                |
| 6  | 18. 5～24. 9 |    |    | A  | 妊娠中そうですね。体重のコントロールなど健康には充分留意してください。                            |
| 7  | 25.0以上      |    |    | B1 | BMIが基準範囲を超えていますが妊娠中そうですね。体重のコントロールなど健康には充分留意してください。            |
| 8  | 18.4以下      |    |    | B1 | やせている方の妊娠については少なからずリスクがあると言われていいます。 体重のコントロールなど健康には充分留意してください。 |

血圧

| 番号  | 条件      |          | 判定ランク | 記号 | 診断:コメント                                                                                  |
|-----|---------|----------|-------|----|------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | 収縮期圧    | ／ 拡張期圧   |       |    |                                                                                          |
| 1-1 | 90～129  | & 84以下   | 異常なし  | A  |                                                                                          |
| 1-2 | 130～139 | or 85～89 | 正常範囲  | A1 | 高値血圧です。高血圧症予防のため塩分摂取など今から生活習慣を見直しましょう。<br>多くの機会を見つけて血圧を再測定しておいてください。                     |
| 2-1 | 89以下    |          | 要経過観察 | B  | 低血圧があります。体質的なものだと思いますが、めまいや、立ちくらみがあるようなら、一度、医師の診察を受けてください。                               |
| 2-2 | 140～159 | or 90～99 | 要経過観察 | B  | 高血圧:塩分を控えめにしてください。血圧は、ストレスでも上昇します。今回の血圧は、軽度高値のため定期的に血圧を測定し経過をみてください。続けて高いようなら詳しい検査が必要です。 |
| 3   | 160以上   | or 100以上 | 要治療   | C  | 高血圧:早急に精査・治療が必要です。受診してください。疲労ストレスは禁物です。                                                  |
| 4   | 高血圧通院中  |          | 治療中   | D  | 高血圧症通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                                      |

聴力

| 番号 | 条件                                                                                                         | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----|--------------------------------------------|
| 1  | 1000H <sub>z</sub> が <sup>g</sup> 30dBで、and 4000H <sub>z</sub> が <sup>g</sup> 40dBで聴取可                     | 異常なし  | A  |                                            |
| 2  | 1000H <sub>z</sub> が <sup>g</sup> 30dBで、and／or4000H <sub>z</sub> が <sup>g</sup> 40dBで聴取困難<br>左右どちらかに所見を認める | 要経過観察 | B  | 聴力低下の疑い:。症状が 気になるようなら耳鼻科を受診してください。         |
|    | 左右両方に所見を認める                                                                                                |       |    | 難聴が有ります。症状が気になるようなら耳鼻科を受診してください。           |
| 3  | 前回及び前々回なしで 右 or 左 or 左右両方に所見を認め<br>& 自覚症状あり                                                                | 要精検   | Y  | 難聴があり、又自覚症状もあるようなので、耳鼻科を受診して詳しく診てもらってください。 |
| 4  | 聴力 通院中                                                                                                     | 治療中   | D  | 耳鼻科疾患 通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。      |

自覚症状 8. 耳なりがする。(右・左)  
26. 耳が遠くなった。

視力(自動判定なし)

| 番号 | 条件                                    | 判定    | 記号 | 診断:コメント                         |
|----|---------------------------------------|-------|----|---------------------------------|
| 1  | 裸眼視力が0.7以上又は、矯正視力が <sup>g</sup> 1.0以上 | 異常なし  | A  |                                 |
| 2  | 裸眼視力が0.6以下で、矯正視力が <sup>g</sup> 1.0未満  | 要経過観察 | B1 | 視力低下が進むようなら、一度眼科を受診してください。      |
| 3  | Ⅱ段階以上の視力低下                            | 要経過観察 | B2 | 目の自覚症状が気になるようなら眼科で精密検査を受けてください。 |

血中脂質 血中脂肪

| 番号  | 条件                   |                      |            | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                                                                                    |
|-----|----------------------|----------------------|------------|-------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | HDLコレステロール           | LDLコレステロール           | 中性脂肪       |       |    |                                                                                                            |
| 1-1 | M 40～100<br>F 40～110 | & 60～119             | & 30～149   | 異常なし  | A  |                                                                                                            |
| 1-2 |                      | 120～139              | or 150～299 | 正常範囲  | A1 | 血中脂質:わずかに基準値を超えています。メタボ予防の観点から、食事・運動等今の生活習慣を見直してみましょう。                                                     |
| 2-1 | 35～39                |                      |            | 要生活改善 | B1 | HDLコレステロールは、善玉コレステロールと呼ばれ、余分な脂肪を血管外に運び出す働きがあります。これが低いと、脂質が高くなくても動脈硬化が進みやすくなります。食事や運動について指導を受けてください。        |
| 2-2 |                      | 140～179              |            |       |    | コレステロール高値:卵製品、動物性脂質などのコレステロールの多いものを控えめに、運動不足にならないようにしてください。                                                |
| 2-3 |                      |                      | 300～499    |       |    | 中性脂肪高値:中性脂肪は過食、運動不足、飲酒などで上昇します。過食をひかえバランスの良い食事と、適度な運動を心がけてください。                                            |
| 3   | M 101以上<br>F 111以上   |                      |            | 要経過観察 | B  | HDLコレステロールが高値です。お酒の飲み過ぎや遺伝背景で高値になる場合があります。高値が持続すると冠動脈疾患のリスクが高くなることもありますので、生活習慣に気を付けて医師の指導を受けてください。         |
| 4   |                      | 300以上<br>(食後0～3.5時間) |            | 要再検査  | X  | 食事の影響で、脂質の判定が困難です。空腹時に再検査を受けてください。同様に高ければ、食事や運動など、医師の指導を受けてください。                                           |
| 5-1 |                      | 59以下                 |            | 要精密検査 | Y  | コレステロールが低値です。遺伝背景や栄養不足、肝疾患などが原因で低値になると言われています。コレステロールは細胞膜やホルモンなどの生成に必要なものですので、食事療法など医師の指導を受けてください。         |
| 5-2 |                      |                      | 29以下       | 要精密検査 | Y  | 中性脂肪が低値です。体質や食事の量が足りないのかも知れません。欠食しない様1日3食きっちり食事をしましょう。食事療法など医師の指導を受けてください。                                 |
| 6-1 | 34以下                 |                      |            | 要治療   | C  | HDLコレステロールは、善玉コレステロールと呼ばれ、余分な脂肪を血管外に運び出す働きがあります。これが低いと、脂質が高くなくても動脈硬化が進みやすくなります。低値異常ですので、受診して医師の指導を受けてください。 |
| 6-3 |                      | 180以上                | or 500以上   |       |    | 血中脂質:治療が必要です。受診して医師の指示に従ってください。                                                                            |
| 6-4 | 脂質異常症通院中             |                      |            | 治療中   | D  | 脂質異常症通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                                                       |

**糖尿病**

| 番号  | 条件                                   | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                                        |
|-----|--------------------------------------|-------|----|----------------------------------------------------------------|
| 1-1 | 血糖 60～99 or なし & HbA1c 4.6～5.5 or なし | 異常なし  | A  |                                                                |
| 1-2 | 血糖 100～109 or HbA1c 5.6～5.9          | 正常範囲  | A1 | 血糖値又はHbA1cがわずかに基準値を超えています。糖尿病予防のため、今から食事や運動等の生活習慣を見直しましょう。     |
| 2   | 血糖 110～125 or HbA1c 6.0～6.4          | 要生活改善 | B1 | 糖代謝が少し悪くなっている可能性があります。食べ過ぎ、飲み過ぎ、ストレスを避け、適度な運動を心がけましょう。         |
| 3-1 | 血糖 126以上 & HbA1c 4.6～6.4             | 要経過観察 | B  | 血糖高値です。糖の代謝が少し悪いようです。定期的に検査を受けて経過をみてください。                      |
| 3-2 | 血糖 60～125 & HbA1c 6.5以上              |       |    |                                                                |
| 4   | 血糖 126以上 & HbA1c なし                  | 要再検   | X  | 血糖高値です。日を改め空腹時に再検査を受けてください。                                    |
| 5-1 | 血糖 59以下                              | 要精査   | Y  | 低血糖傾向です。頻脈、発汗、手の震え等の低血糖症状があれば受診をしてください。                        |
| 5-2 | HbA1c 4.5以下                          |       |    | 正しく糖代謝を反映していないと思われます。貧血等の血液疾患の関与も考えられます。原因疾患の精査が必要です。受診してください。 |
| 5-3 | 血糖 なし & HbA1c 6.5以上                  |       |    | 糖尿病が疑われます。早急に医療機関を受診し、精密検査ならびに、食事、運動など指導を受けてください。              |
| 6   | 血糖 126以上 & HbA1c 6.5以上               | 要治療   | C  | 糖尿病の治療が必要です。早急に医療機関を受診し、医師の指導のもとに、食事療法・運動療法・薬剤療法等の治療を開始してください。 |
| 7   | 糖尿病通院中                               | 治療中   | D  | 糖尿病通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                             |

肝機能 「かつ／または」は「&／or」と同義、「or」は「かつ／または」と同義。

| 番号 | 条件                                              |     |          |     |                             |    | 判定                      | 記号    | 診断:コメント |                                                                                 |
|----|-------------------------------------------------|-----|----------|-----|-----------------------------|----|-------------------------|-------|---------|---------------------------------------------------------------------------------|
|    | AST(GOT)                                        |     | ALT(GPT) |     | $\gamma$ GT( $\gamma$ -GTP) |    | 総ビリルビン                  |       |         |                                                                                 |
| 1  | 30以下                                            | かつ  | 30以下     | かつ  | 50以下                        | かつ | 1.2以下                   | 異常なし  | A       |                                                                                 |
| 2  | 31〜35                                           | or  | 31〜40    | or  | 51〜80                       |    |                         | 正常範囲  | A1      | 肝機能:わずかに基準値を超えています。暴飲暴食、脂っこい物の摂食やアルコール多飲は見直しましょう。                               |
| 3  |                                                 |     |          |     |                             |    | 1.3以上                   | 要経過観察 | B       | ビリルビン高値:体質性黄疸の可能性もありますが、経過観察が必要です。                                              |
| 4  | 36〜50                                           | or  | 41〜50    | or  | 81〜250                      | かつ | 飲酒(+)<br>生活習慣病のリスクが低い飲酒 | 要生活改善 | B1      | 肝機能異常:疲労が蓄積しないよう、暴飲暴食を控え経過観察してください。                                             |
| 5  | 0〜50                                            | and | 0〜50     | and | 81〜250                      | かつ | 飲酒(+)<br>生活習慣病のリスクが高い飲酒 | 要生活改善 | B1      | 肝機能異常: $\gamma$ -GTPはアルコールと関係の深い肝機能検査と言われています。疲労が蓄積しないよう暴飲暴食を控え、節酒に努め経過を見てください。 |
| 6  | 51〜99                                           | or  | 51〜139   | or  | 81〜250                      | かつ | 飲酒(-)                   | 要再検査  | X       | 肝機能異常:疲れたら休養をとり、ストレスを避け、バランスのとれた栄養をとるように努め、再検査を受けてください。                         |
| 7  | 100以上                                           | or  | 140以上    | or  | 251以上                       |    |                         | 要精密検査 | Y       | 肝機能障害:疲労やストレスをためないようにし、暴飲暴食(特にアルコールは厳禁)を避け、早急に受診してください。                         |
| 8  | 肝機能障害 通院中: B型肝炎・C型肝炎・肝機能障害(肝硬変を含む)・<br>脂肪肝・肝臓がん |     |          |     |                             |    | 治療中                     |       | D       | 肝機能障害 通院中: 医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                          |

腎機能(eGFR)

「かつ／または」は「&／or」と同義、「or」は「かつ／または」と同義。

| 番号 | 条件                                            | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                           |
|----|-----------------------------------------------|-------|----|---------------------------------------------------|
|    | eGFR (mL/分/1.73m <sup>2</sup> )               |       |    |                                                   |
| 1  | 60.0以上                                        | 異常なし  | A  |                                                   |
| 2  | 45.0～59.9 かつ 尿蛋白(-)(±)<br>45.0～59.9 かつ 尿蛋白未実施 | 要生活改善 | B1 | 腎機能:軽度の機能低下があります。生活習慣を改善し経過観察してください。              |
| 3  | 45.0～59.9 かつ 尿蛋白(+)以上                         | 要再検査  | X  | 腎機能:軽度から中等度の機能低下があります。腎臓専門医を受診して再検査を受けてください。      |
| 4  | 44.9以下                                        | 要精密検査 | Y  | 腎機能:中等度から高度の機能低下が疑われ、精査および治療が必要です。腎臓専門医を受診してください。 |
| 5  | 腎疾患通院中 既往歴(慢性腎臓病・急性腎炎・IgA腎症・腎不全・腎臓がん)         | 治療中   | D  | 腎疾患通院中: 医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。               |

腎機能(BUN)

「かつ／または」は「&／or」と同義、「or」は「かつ／または」と同義。

| 番号 | 条件                                    | 判定    | 記号 | 診断:コメント                              |
|----|---------------------------------------|-------|----|--------------------------------------|
|    | BUN (mg/dL)                           |       |    |                                      |
| 1  | 23以下                                  | 異常なし  | A  |                                      |
| 2  | 24～30                                 | 要生活改善 | B1 | 腎機能:軽度の機能低下があります。生活習慣を改善し経過観察してください。 |
| 3  | 31以上                                  | 要再検査  | X  | 腎機能:機能低下があります。腎臓専門医を受診して再検査を受けてください。 |
| 4  | 腎疾患通院中 既往歴(慢性腎臓病・急性腎炎・IgA腎症・腎不全・腎臓がん) | 治療中   | D  | 腎疾患通院中: 医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。  |

ALP

| 番号 | 条件                                             | 判定      | 記号 | 診断:コメント                                                         |
|----|------------------------------------------------|---------|----|-----------------------------------------------------------------|
| 1  | ALP 113以下                                      | 異常なし    | A  |                                                                 |
| 2  | ALP 114以上 & 肝機能 B以上                            | 肝機能分類優先 |    |                                                                 |
| 3  | ALP 114以上 & 肝機能 A                              | 要再検     | X  | ALPは、肝胆道系疾患、骨疾患、甲状腺機能亢進症などで上昇します。<br>医師の指導のもとに再検査を受けてください。      |
| 4  | ALP 300以上                                      | 要精検     | Y  | ALPは、肝胆道系疾患、骨疾患、甲状腺機能亢進症などで上昇します。<br>医療機関を受診し、さらに詳しい検査を受けてください。 |
| 5  | ALP 300以上 & 肝機能 Y （肝機能コメントを印字）                 | 要精検     | Y  | 肝機能障害:疲労やストレスをためないようにし、刺激物(特にアルコールは厳禁)を避け、<br>早急に受診してください。      |
| 6  | 既往歴の肝機能障害で通院中:B型肝炎・C型肝炎・肝機能障害(肝硬変を含む)・脂肪肝・肝臓がん | 治療中     | D  | 肝疾患通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                              |

その他

| 番号 | 条件                                                 | 判定   | 記号 | 診断:コメント                                                                                          |
|----|----------------------------------------------------|------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | その他の血液検査 基準値範囲内                                    | 異常なし | A  |                                                                                                  |
| 2  | その他の血液検査 基準値範囲外※1                                  | 要再検  | X  | 項目名 基準値範囲外:医師の指示に従って再検査を受けてください。                                                                 |
| 3  | 便潜血(+)以上                                           | 要精査  | Y  | 便に潜血反応を認めます。精密検査を受けてください。                                                                        |
|    | 便潜血(+)以上 & 既往歴(潰瘍性大腸炎・クローン病・大腸憩室炎・大腸ポリープ・大腸がん) 治療中 | 治療中  | D  | 消化器疾患通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                                             |
| 4  | CRP(±)以上                                           | 要再検  | X  | CRPは、炎症に反応する項目です。発熱や痛みなど自覚症状があればそれに<br>対する処置を、なければ医師の指導に従って再検査を受けてください。                          |
| 5  | NT-proBNP 125.1以上 (正常範囲0.0~125.0)                  | 要再検  | X  | NT-proBNPは、心臓から分泌されるホルモンで、心臓への負担や心不全などで上昇します。その他<br>に腎機能低下、急性炎症でも上昇します。基準値を外れていますので、再検査を受けてください。 |
| 6  | その他 TSH FT3 FT4 治療中                                | 治療中  | D  | 甲状腺:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                                                  |

※1 該当する項目

| 項目名 | 条件             |
|-----|----------------|
| TP  | 6.2以下 or 8.8以上 |
| Alb | 3.4以下 or 5.5以上 |

注意:LDH、ALP、CHE、ZTTがパニックの時、各項目のコメントを印字

**尿検査**

| 番号 | 条件                                                           | 判定         | 記号 | 診断:コメント                                                                |
|----|--------------------------------------------------------------|------------|----|------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 蛋白(ー)～(±)で、潜血(ー)～(±)で、<br>ウロビリノーゲン(正常)                       | 異常なし       | A  |                                                                        |
| 2  | 蛋白(ー)～(±)で、潜血(ー)～(±)で、<br>ウロビリノーゲン(+)以上で、肝機能 なし<br>or 肝機能治療中 | 要経過観察      | B  | 尿ウロビリノーゲンは、疲労、肝障害、体質性黄疸など<br>で陽性となります。肝機能検査を含め定期的に検査を<br>受けて経過をみてください。 |
|    | 蛋白(ー)～(±)で、潜血(ー)～(±)で、<br>ウロビリノーゲン(+)以上で、肝機能 A               | 要経過観察      | B  | 尿ウロビリノーゲンは、疲労、肝障害、体質性黄疸など<br>で陽性となります。肝機能に異常がないようなので、<br>経過をみてください。    |
|    | 蛋白(ー)～(±)で、潜血(ー)～(±)で、<br>ウロビリノーゲン(+)以上で、肝機能 B以上             | 肝機能検査の判定優先 |    |                                                                        |
| 3  | 蛋白(+)・(2+)で、潜血(ー)～(±)                                        | 要再検        | X  | 尿所見異常:尿に所見が認められます。一時的なものか<br>も知れませんが、念の為再検査を受けてください。                   |
|    | 蛋白(ー)～(±)で、潜血(+)～(2+)                                        |            |    |                                                                        |
|    | 蛋白(+)・(2+) or 潜血(+)・(2+)                                     |            |    |                                                                        |
| 4  | 蛋白(3+)以上で、潜血(ー)～(±)                                          | 要精査        | Y  | 尿所見異常:尿にかなりの蛋白が出ています。精密検査<br>を要すると思われますので、受診してください。                    |
|    | 潜血(3+)以上で、蛋白(ー)～(±)                                          |            |    | 尿所見異常:尿にかなりの潜血が出ています。精密検査<br>を要すると思われますので、受診してください。                    |
|    | 蛋白(3+)以上で、潜血(+)以上又は、<br>潜血(3+)以上で、蛋白(+)以上                    |            |    | 尿所見異常:尿にかなりの異常が認められます。精密検<br>査を要すると思われますので、受診してください。                   |
| 5  | 潜血(+)以上で生理中。                                                 | 要再検        | X  | 尿所見の異常は、生理の影響かもしれませんので、生理<br>日をはずして再度尿検査を受けてください。                      |
| 6  | 蛋白(+)以上、潜血(+)以上 & 通院中                                        | 治療中        | D  | 尿所見異常:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                      |
| 7  | 潜血(+)以上 &<br>既往歴の腎結石、尿路結石で通院中                                | 治療中        | D  | (既往歴のコメントだけ表示)                                                         |

今回3ー1 :前回3ー1

判定Y 要精査

尿蛋白陽性:検査の度に尿に蛋白が認められます。  
一度受診して精密検査を受けた方が良いでしょう。

今回3ー2 :前回3ー2(但し前回生理中は除外)

判定Y 要精査

尿潜血陽性:検査の度に尿に潜血反応が認められます。  
一度受診して精密検査を受けた方が良いでしょう。

今回3ー1 :前回3ー2、3ー3、4 or

今回3ー2 :前回3ー1、3ー3、4(但し前回生理中は除外)

判定Y 要精査

尿所見異常:検査の度に異常所見が認められます。  
一度受診して精密検査を受けてください

今回3ー3 :前回3ー1、3ー2、3ー3、4(但し前回生理中は除外)

判定Y 要精査

尿所見異常:検査の度に異常所見が認められます。  
一度受診して精密検査を受けてください。

**痛風検査**

| 番号  | 条件                          | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                                                     |
|-----|-----------------------------|-------|----|-----------------------------------------------------------------------------|
| 1   | 尿酸 2.1～7.0以下                | 異常なし  | A  |                                                                             |
| 2   | 尿酸 7.1～7.9                  | 要生活改善 | B1 | 尿酸やや高値:痛風の原因物質である尿酸がやや高値です。魚介類の卵、レバーなどの食品、飲酒は控えめにしてください。                    |
|     | 尿酸 8.0～8.9                  | 要生活改善 | B1 | 尿酸高値:痛風の原因物質である尿酸が高値です。魚介類の卵、レバーなどの食品、飲酒を控えるなどの積極的な生活改善が必要です。医師の指導を受けてください。 |
| 3-1 | 尿酸2.0以下                     | 要精密   | Y  | 低尿酸血症:運動後急性腎不全障害を引き起こしたり、尿路結石が問題になります。医療機関を受診し詳しく診てもらってください。                |
| 3-2 | 尿酸 9.0以上                    | 要治療   | C  | 高尿酸血症:時に痛風発作の危険性があり、注意が必要です。暴飲、暴食、過度のストレスや筋肉疲労を避け、医師の指示に従ってください。治療が必要です。    |
| 4   | 高尿酸血症 通院中 既往歴(高尿酸血症(痛風))治療中 | 治療中   | D  | 高尿酸血症 通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                       |

**白血球検査**

| 番号 | 条件                                     | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                                           |
|----|----------------------------------------|-------|----|-------------------------------------------------------------------|
| 1  | WBC 3500～10000 3400より大きく10011未満        | 異常なし  | A  |                                                                   |
| 2  | WBC 3000～3490 満 2900より大きく3500未満        | 要再検   | X1 | 白血球減少:白血球は免疫力を反映します。減少気味ですので、再検査を受けてください。                         |
| 3  | WBC 2990以下 3000未満                      | 要精査   | Y1 | 白血球高度減少:白血球数がかなりの低値で、精密検査が必要です。早急を受診し詳しく診てもらってください。               |
| 4  | WBC 10010～13590 喫煙習慣 10000より大きく13600未満 | 要生活改善 | B1 | 白血球増加:白血球は、感染症やストレスや肥満などの他、喫煙などでも上昇します。経過をみてください。                 |
|    | WBC 12100～15090 12000より大きく15100未満      | 要再検   | X2 | 白血球増加:白血球は、感染症やストレスなどで上昇します。再検査を受け経過をみてください。                      |
| 5  | WBC 15100以上 15000より大きい                 | 要精査   | Y2 | 白血球高度増加:感染症などの自覚症状があれば、その影響かもしれませんが、白血球分類を含め再検査を受け、医師の指示に従ってください。 |
| 6  | WBC 10010～12090 10000より大きく12100未満      | 要経過観察 | B  | 白血球増加の疑い:白血球は、感染症やストレスでも上昇します。定期的に検査を受けて経過をみてください。                |
| 7  | 白血球数異常通院中                              | 治療中   | D  | 白血球数異常通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                             |

**血小板**

| 番号 | 条件              | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                          |
|----|-----------------|-------|----|--------------------------------------------------|
| 1  | 血小板 13万～38.0万   | 異常なし  | A  |                                                  |
| 2  | 血小板 38.1万～45.0万 | 要経過観察 | B  | 血小板軽度増加:特に心配いりませんが、年に一度は検査を受けて経過をみてください。         |
| 3  | 血小板 5.1万～12.9万  | 要再検   | X1 | 血小板減少:再検査を受けてください。                               |
|    | 血小板 45.1万以上     |       | X2 | 血小板増加:再検査を受けてください。                               |
| 4  | 血小板 5万以下        | 要精査   | Y  | 血小板高度減少:ケガや鼻出血などが起こらないよう注意し、受診して更に詳しい検査を受けてください。 |
| 5  | 血小板数異常通院中       | 治療中   | D  | 血小板数異常通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。            |

貧血

「かつ／または」は「&／or」と同義、「or」は「かつ／または」と同義。

| 番号  | 条件                                                           | 判定    | 記号 | 診断:コメント                                                                                  |
|-----|--------------------------------------------------------------|-------|----|------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | 赤血球数 (単位)                                                    |       |    |                                                                                          |
| 1   | (M) 410～560 かつ (M) 13.1～16.3<br>(F) 380～500 かつ (F) 12.1～14.5 | 異常なし  | A  |                                                                                          |
| 2   | (M) 16.4～18.0<br>(F) 14.6～16.0                               | 正常範囲  | A1 | 軽度多血: わずかに基準値を超えています。水分補給に努め、喫煙者は節煙或いは禁煙を考えてみましょう。                                       |
| 3-1 | (M) 561～599<br>(F) 501～599                                   | 要経過観察 | B  | 多血症の疑い: 水分摂取不足、喫煙者は煙草の影響も考えられます。水分補給に努め定期的に検査を受けて経過をみてください。                              |
| 3-2 | (M) 375～409 or (M) 12.1～13.0<br>(F) 360～379 or (F) 11.1～12.0 |       |    | 軽度貧血: 赤血球数又はヘモグロビンが軽度低値です。特に心配はいりませんが、定期的に検査を受けて経過をみてください。                               |
| 3-3 | (F) 359以下 かつ 妊娠 or 11.0以下 かつ 妊娠中                             |       |    | 貧血: 産婦人科の主治医に検査結果をご報告ください。                                                               |
| 4-1 | (M) 600以上 or (M) 18.1以上<br>(F) 600以上 or (F) 16.1以上           | 要再検査  | X  | 多血症の疑い: 水分摂取不足も考えられます。喫煙者は喫煙そのものが煙害です。高値異常のため再検査を受けてください。                                |
| 4-2 | (M) 374以下<br>(F) 359以下                                       |       |    | 貧血: 赤血球数が低値です。受診して医師の指示に従って再検査を受けてください。ヘモグロビン、ヘマトクリット、赤血球数のセットを検査しておいてください。              |
| 5-1 | (M1) 12.0以下 かつ MCV 84 以下 (F1) 11.0以下 かつ MCV 82以下             | 要治療   | C  | 小球性貧血です。主たる原因は鉄分欠乏(体内貯蔵鉄分不足)。まず血清鉄、フェリチン等の検査を受けて病因を確かめ治療を始めましょう。治療は鉄分を含んだサプリメントも有効です。    |
| 5-2 | (M2) 12.0以下 かつ MCV 85～104 (F2) 11.0以下 かつ MCV 83～100          |       |    | 正球性貧血です。気が付かない慢性の少量出血(痔、潰瘍、ポリープ等)消化管病変や子宮筋腫)が原因かもしれません。血液疾患の可能性もあります。精査、原因に応じた治療を始めましょう。 |
| 5-3 | (M3) 12.0以下 かつ MCV 105 以上 (F3) 11.0以下 かつ MCV 101以上           |       |    | 大球性貧血です。一般的には、多飲を含めて極度に偏った食事内容或いは上部消化管術歴によるビタミンB12、葉酸欠乏が原因です。栄養素の欠乏を確認し、適切な治療を始めましょう。    |
| 5-4 | (M4) 12.0以下 かつ MCV 未実 (F4) 11.0以下 かつ MCV 未実                  |       |    | 高度貧血: 貧血の原因の精査ならびに治療が早急に必要です。受診してください。                                                   |
| 6   | 貧血 通院中                                                       | 治療中   | D  | 貧血 通院中: 医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                                                      |

喀痰細胞診

|     | 細胞診結果        | 入力記号 | 判定区分  | 判定記号 |                                                                                   |
|-----|--------------|------|-------|------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 1-1 | 分類 B クラスⅠ    | B1   | 異常なし  | A    | 喀痰細胞診検査: 今回の検査では、特に異常はありません。年に一度は検査を受けましょう。自覚症状など気になるようなら、内科で医師にご相談ください。          |
| 1-2 | B 所見あり       | B2   | 正常範囲  | A1   | 喀痰細胞診検査: 今回の検査で、わずかな所見を認めますが、特に心配はいらないでしょう。自覚症状など気になるようなら、内科で医師にご相談ください。          |
| 2-1 | C クラスⅡ       | C1   | 要経過観察 | B    | 喀痰細胞診検査: 今回の検査で、軽度所見(軽度の異型細胞)を認めます。特に心配はいりませんが、経過をみるため定期的に検査を受けてください。             |
| 2-2 | C クラスⅢ       | C2   | 要再検   | X    | 喀痰細胞診検査: 今回の検査から、所見(中程度の異型細胞)が認められました。呼吸器内科を受診し、再検査を受けてください。                      |
| 3   | D クラスⅢb クラスⅣ | D    | 要精査   | Y    | 喀痰細胞診検査: 今回の検査から、所見(異型性の強い細胞)が認められました。精密検査が必要です。呼吸器内科を受診し、詳しく診てもらってください。          |
| 4   | E クラスⅤ       | E    | 要精査   | Y    | 喀痰細胞診検査: 今回の検査から、所見(腫瘍性細胞)が認められました。精密検査が必要です。早急に呼吸器内科を受診し、詳しく診てもらってください。          |
| 5   | A 検査材料不良     | A    | 材料不適  | E    | 喀痰細胞診検査: 判定Eは材料不適です。採取していただいた検体は「唾液」のため正確な検査ができませんでした。機会をみてもう一度検査をお受けになるようお勧めします。 |
| 6   | 肺がん通院中       |      | 治療中   | D    | 肺がん通院中: 医療機関の通院を維持し、主治医の指示に従ってください。                                               |

心電図検査

| 番号 | 条件       | 判定    | 記号 | 所見 | 診断:コメント                                           |
|----|----------|-------|----|----|---------------------------------------------------|
| 1  | 所見なし     | 正常範囲  | A  | 所見 |                                                   |
| 2  | 軽度所見・放置可 | 正常範囲  | A1 | 所見 | 心電図で軽度所見を認めますが正常範囲です。<br>年に一度は検査を受けましょう。          |
| 3  | 異常所見1    | 要経過観察 | B  | 所見 | 心電図に軽度所見を認めますが精密検査は不要です。<br>ただし年に一度は必ず検査を受けてください。 |
| 4  | 異常所見2    | 要再検   | X  | 所見 | 心電図に異常所見を認めます。3ヶ月後にもう一度受診し、再検査を受けてください。           |
| 5  | 異常所見3    | 要精査   | Y  | 所見 | 心電図に異常所見を認めます。循環器内科を受診し更に詳しい検査を受けてください。           |
| 6  | 異常所見4    | 要治療   | C  | 所見 | 心電図に異常所見を認めます。治療が、必要ですので、<br>早いうちに受診してください。       |
| 7  | 心疾患通院中   | 治療中   | D  | 所見 | 心疾患通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                |

所見コード一覧

|    |            |    |              |    |             |    |                         |
|----|------------|----|--------------|----|-------------|----|-------------------------|
| 01 | 正常範囲       | 24 | I度房室ブロック     | 46 | 心室性期外収縮（頻発） | 70 | 心室性期外収縮                 |
| 02 | 肺性P        | 25 | II度房室ブロック（W） | 47 | 上室性（二～三）段脈  | 71 | 不定軸                     |
| 03 | 僧房性P       | 26 | II度房室ブロック（M） | 48 | 心室性（二～三）段脈  | 72 | 平低T                     |
| 04 | 異常Q        | 27 | 完全房室ブロック     | 51 | 右房負荷        | 73 | 陰性T                     |
| 05 | 異常QRS      | 28 | ペースメーカー調律    | 52 | 左房負荷        | 74 | 極端軸                     |
| 06 | ST上昇       | 29 | WPW          | 53 | 右軸偏位        | 75 | 心房粗動                    |
| 07 | ST低下       | 30 | 不完全右脚ブロック    | 54 | 左軸偏位        | 76 | 融合収縮                    |
| 08 | 異常T（陰性・平低） | 31 | 完全右脚ブロック     | 55 | 右室肥大        | 77 | 多源性期外収縮                 |
| 09 | U波         | 32 | 不完全左脚ブロック    | 56 | 左室肥大        | 78 | 両房負荷                    |
| 10 | 反時計回転      | 33 | 完全左脚ブロック     | 57 | 心筋虚血        | 79 | QT延長                    |
| 11 | 時計回転       | 34 | ヘミブロック       | 58 | 心筋障害        | 80 | 房室解離                    |
| 12 | 低電位        | 35 | 心室内変行伝導      | 59 | 狭心症         | 81 | 心室内ブロック                 |
| 13 | 高電位        | 36 | 上室性期外収縮（散発）  | 60 | 陳旧性心筋梗塞     | 82 | V <sub>1</sub> QSパターン   |
| 14 | PR短縮       | 37 | 心室性期外収縮（散発）  |    |             | 83 | V <sub>1,2</sub> QSパターン |
| 15 | R波増高不良     | 38 | 上室性異所性調律     | 62 | 両室肥大        | 84 | 深いQ波                    |
| 16 | PR延長       | 39 | 移動調律         | 63 | QTc延長       | 85 | 心筋梗塞                    |
| 17 | ST-T異常     | 40 | 心房細動         | 64 | ブルガダ型       |    |                         |
| 18 | 軽度ST-T異常   | 41 | その他の不整脈      | 65 | 副収縮         | 89 | 右胸心                     |
| 20 | 房室接合部調律    | 42 | 呼吸性不整脈       | 66 | 心室内伝導障害     |    |                         |
| 21 | 洞性頻脈       | 43 | 洞房ブロック       | 67 | 心房調律        | 90 | 判定不能                    |
| 22 | 洞性徐脈       | 44 | 補充収縮         |    |             | 98 | 異所性P                    |
| 23 | 洞性不整脈      | 45 | 上室性期外収縮（頻発）  | 69 | 上室性期外収縮     | 99 | その他                     |

胸部X線

| 番号 | 条件       | 判定    | 記号 | 所見    | 診断:コメント                                            |
|----|----------|-------|----|-------|----------------------------------------------------|
| 1  | 異常なし     | 異常なし  | A  |       |                                                    |
| 2  |          | 正常範囲  | A1 | 部位・所見 | 胸部X線検査で軽度所見を認めますが正常範囲です。<br>年に一度は検査を受けましょう。        |
| 3  | 精査不要     | 要経過観察 | B  | 部位・所見 | 胸部X線検査で所見を認めます。精密検査は不要ですが、一年後<br>再検査を受け経過観察してください。 |
| 4  | 再検査・判定不能 | 要再検   | X  | 部位・所見 | 胸部X線検査で所見が認められました。念の為再検査(6ヶ月以内)を<br>受けてください。       |
| 5  | 精査が必要な所見 | 要精査   | Y  | 部位・所見 | 胸部X線検査で所見が認められました。精密検査が必要<br>です。受診してください。          |
| 6  | 治療が必要な所見 | 要治療   | C  | 部位・所見 | 胸部X線検査で治療を要する所見が認められました。<br>なるべく早い機会に受診してください。     |
| 7  | 胸部疾患通院中  | 治療中   | D  | 部位・所見 | 胸部疾患通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                |

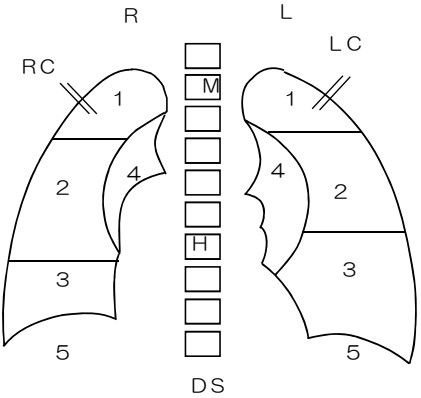
所見コード一覧

|   | 所見コード | 所見内容      |
|---|-------|-----------|
| 肺 | 01    | 異常なし      |
|   | 02    |           |
|   | 03    | 浸潤影疑い     |
|   | 04    | 胸膜癒着・肥厚   |
|   | 06    | 気管支拡張症疑い  |
|   | 07    | 気腫性変化疑い   |
|   | 08    | 線維性変化疑い   |
|   | 09    | 自然気胸疑い    |
|   | 10    | 術後変化      |
|   | 11    | 異常陰影      |
|   | 12    | 脊椎側弯      |
|   | 13    | 横隔膜の挙上    |
|   | 14    | 石灰化       |
|   | 15    | 肺紋理増強     |
|   | 16    | 胸膜肥厚      |
|   | 17    | 横隔膜癒着     |
|   | 18    | 空洞        |
|   | 19    | 腫瘍影       |
|   | 20    | 粒状影       |
|   | 21    | 結節影       |
|   | 22    | ビマン影(間質性) |
|   | 23    | ビマン影(肺胞性) |
|   | 24    | 肋骨骨折・骨折後  |
|   | 25    | 鎖骨骨折・骨折後  |
|   | 26    | 陳旧性胸膜病変   |
|   | 31    | 気管支炎疑い    |
|   | 32    | 肺炎疑い      |
|   | 33    | 肺結核疑い     |
|   | 34    | 胸膜炎疑い     |
|   | 50    | 不安定な結核    |

|   | 所見コード | 所見内容   |
|---|-------|--------|
| 肺 | 51    | 活動型結核  |
|   | 52    | 気管支炎   |
|   | 53    | 肺炎     |
|   | 54    | 気管支拡張症 |
|   | 55    | 肺気腫    |
|   | 56    | 嚢胞(ブラ) |
|   | 57    | 肺線維症   |
|   | 58    | 気胸     |
|   | 60    | 索状影    |
|   | 61    | 無気肺    |
|   | 62    | 硬化影    |
|   | 63    | 陳旧性肺病変 |
|   | 90    | 判定不能   |
|   | 99    | その他    |

|       | 所見コード | 所見内容      |
|-------|-------|-----------|
| 心臓・血管 | 01    | 異常なし      |
|       | 02    | 心陰影の拡大    |
|       | 03    | 大動脈弓突出・延長 |
|       | 04    | 大動脈弓石灰化   |
|       | 05    | 心弓異常疑い    |
|       | 06    | 右胸心       |
|       | 07    | 右側大動脈     |
|       | 08    | 心・血管術後    |
|       | 50    | 心肥大       |
|       | 51    | 心疾患       |
|       | 52    | 心弓異常      |
|       | 53    | 心肥大傾向     |
|       | 54    | 縦隔洞異常影    |
|       | 55    | 右側大動脈弓    |
|       | 56    | 大動脈蛇行     |
|       | 57    | 大動脈石灰化    |
|       | 58    | 縦隔洞臓器術後   |
|       | 99    | その他       |

| コード | 所見内容        |
|-----|-------------|
| 64  | 気管偏位        |
| 65  | 肋骨島         |
| 66  | 肋骨の奇形・変形    |
| 67  | 線状影         |
| 68  | 胸水          |
| 69  | 胸膜プラーク      |
| 70  | 漏斗胸         |
| 71  | 造影剤残留       |
| 72  | 石灰化(肋骨島を含む) |
| 73  | 医療機器装置      |
| 74  | 奇静脈葉        |
| 75  | 持続性感染症疑い    |
| 76  | 横隔膜ヘルニア     |



R : 右 L : 左 B : 両側  
RC: 右鎖骨 LC: 左鎖骨 BC: 両鎖骨  
H : 心臓血管  
M : 縦隔  
DS: 胸椎  
X: 肺野外

0: 全肺野  
1: 上肺野  
2: 中肺野  
3: 下肺野  
4: 肺門部  
5: 横隔膜

**胃部X線(内視鏡)**

| 番号 | 条件          | 判定   | 記号 | 疾患・所見        | 診断・コメント                                             |
|----|-------------|------|----|--------------|-----------------------------------------------------|
| 1  | 異常なし        | 異常なし | A  |              |                                                     |
| 2  | 所見あるが、放置可   | 正常範囲 | A1 | 疾患名<br>部位・所見 | 胃部X線検査:わずかな所見が認められますが、特に心配はいりません。年に一度は、胃の検査を受けましょう。 |
| 3  | 軽度異常所見      | 要観察  | B  | 疾患名<br>部位・所見 | 胃部X線検査:軽度の所見を認めます。精密検査は不要ですが、定期的に検査を受けて経過をみて下さい。    |
| 4  | 読影困難(判定不能)  | 要再検  | X  | 読影困難         | 胃部X線検査:読影困難(判定不能)のため、再検査を受けて下さい。                    |
| 9  | 異常所見(1)     | 要精検  | Y  | 疾患名<br>部位・所見 | 胃部X線検査:異常所見を認めます。精密検査が必要ですので、受診してさらに詳しい検査を受けて下さい。   |
| 10 | 異常所見(2)     | 要治療  | C  |              | 胃部X線検査:治療が必要な異常所見を認めます。早急に受診して医師の指導を受けて下さい。         |
| 11 | 胃・十二指腸疾患通院中 | 治療中  | D  |              | 胃部疾患通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                 |

[illegible]

診察

| 番号 | 条件       | 判定   | 記号 | 診断:コメント                                       |
|----|----------|------|----|-----------------------------------------------|
| 1  | 診断所見なし   | 異常なし | A  |                                               |
| 2  | 心雑音      | 要観察  | B  | 診察で心雑音が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受け経過をみてください。   |
|    | 心雑音      | 要精査  | Y  | 診察で心雑音が認められます。心エコー検査など更に詳しい検査が勧められます。         |
|    | 心雑音      | 要治療  | C  | 診察で心雑音が認められます。治療が必要です。循環器内科を受診してください。         |
|    | 心雑音通院中   | 治療中  | D  | 心雑音通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。            |
| 3  | 不整脈      | 要観察  | B  | 診察で不整脈が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受け経過をみてください。   |
|    | 不整脈      | 要精査  | Y  | 診察で不整脈が認められます。受診して心電図検査等更に詳しい検査が勧められます。       |
|    | 不整脈      | 要治療  | C  | 診察で不整脈が認められます。治療が必要です。循環器内科を受診してください。         |
|    | 不整脈通院中   | 治療中  | D  | 不整脈通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。            |
| 4  | 呼吸音異常    | 要観察  | B  | 診察で呼吸音異常が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受け経過をみてください。 |
|    | 呼吸音異常    | 要精査  | Y  | 診察で呼吸音異常が認められます。呼吸器内科を受診して更に詳しい検査を受けてください。    |
|    | 呼吸音異常    | 要治療  | C  | 診察で呼吸音異常が認められます。治療が必要です。呼吸器内科を受診してください。       |
|    | 呼吸音異常通院中 | 治療中  | D  | 呼吸音異常通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。          |
| 5  | 甲状腺腫大    | 要観察  | B  | 診察で甲状腺腫大が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受け経過をみてください。 |
|    | 甲状腺腫大    | 要精査  | Y  | 診察で甲状腺腫大が認められます。甲状腺外来を受診して更に詳しい検査を受けてください。    |
|    | 甲状腺腫大    | 要治療  | C  | 診察で甲状腺腫大が認められます。治療が必要です。甲状腺外来を受診してください。       |
|    | 甲状腺腫大通院中 | 治療中  | D  | 甲状腺腫大通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。          |
| 6  | 貧血       | 要観察  | B  | 診察で貧血が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受け経過をみてください。    |
|    | 貧血       | 要精査  | Y  | 診察で貧血様所見が認められます。内科を受診して医師の指導を受けてください。         |
|    | 貧血       | 要治療  | C  | 診察で貧血様所見が認められます。治療が必要です。内科を受診してください。          |
|    | 貧血通院中    | 治療中  | D  | 貧血通院中:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。             |
| 7  | その他      | 要観察  | B  | 診察で所見が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受けて経過をみてください。   |
|    | その他      | 要精査  | Y  | 診察で所見が認められます。受診して医師の指示を受けてください。               |
|    | その他      | 要治療  | C  | 診察で所見が認められます。治療が必要です。受診してください。                |
|    | その他通院中   | 治療中  | D  | 診察:医療機関の通院を継続し、主治医の指示に従ってください。                |

|      |        |      |    |                                            |
|------|--------|------|----|--------------------------------------------|
| 8 外部 | その他    | 正常範囲 | A1 | 診察で所見が認められました。症状が続くようなら受診された方がよいでしょう。      |
|      | その他    | 要観察  | B  | 診察で所見が認められます。経過観察が必要です。定期的に検査を受け経過をみてください。 |
|      | その他    | 要再検査 | X  | 診察で所見が認められます。受診して医師の指示を受けてください。            |
|      | その他    | 要精査  | Y  | 診察で所見が認められます。受診して医師の指示を受けてください。            |
|      | その他    | 要治療  | C  | 診察で所見が認められます。治療が必要です。受診してください。             |
|      | その他通院中 | 治療中  | D  | 診察で定期的に医療機関を通院し、主治医の指示に従ってください。            |

#### 総合判定コメント（結果）

| 番号 | 条件                    | 判定    | 記号  | コメント                                                                                                                                 |
|----|-----------------------|-------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 全てA                   | 異常なし  | T A | 今回の健診結果からは、特に異常は認められませんでした。今後も健康に関心を持ち、今の調子を維持するよう努めてください。                                                                           |
| 2  | Dランク以下<br>1つでも（D）がある。 | 治療中   | T D | 現在治療中です。医師の指示に従ってご自身でも健康管理を続けてください。その他の異常指摘項目はかかりつけ医に相談もしくは専門医療機関を（紹介）受診するようにしてください。                                                 |
| 3  | Bランク以下<br>1つでも（B）がある。 | 要観察   | T B | 今回の健診結果から、受診せずとも経過観察が必要と思われる項目がありました。ご自身で健康管理を続け、次回の健診結果で同項目の動きに注意を払ってください。                                                          |
| 4  | Xランク以下<br>1つでも（X）がある。 | 要再検   | T X | 今回の健診結果から、再検査が必要と思われる項目が見つかりました。特に連絡がない場合は、受け取ってから1～3ヶ月後に受診し医師の指示に従ってください。なお生活習慣にお気づきの点があれば、それを是正してから再検査を受ける事をお勧めします。                |
| 5  | Yランク以下<br>1つでも（Y）がある。 | 要精検   | T Y | 今回の健診結果から、受診し精密検査が必要と思われる項目が見つかりました。早急に近医を受診し詳しく検査をしたうえで、医師の指示に従ってください。さらに上位の医療機関受診の必要があれば、紹介受診してください。                               |
| 6  | Cランク以下<br>1つでも（C）がある。 | 要治療   | T C | 今回の健診結果から、治療が必要な病態が見つかりました。治療には長期に亘る場合もありますので医療機関を選択し、できるだけ早急に受診し、かかりつけとなった医師の指示に従って治療を開始される事をお勧めします。治療はお薬服用だけではなく、ご自身の健康管理の意識も重要です。 |
| 7  | Mが1つでもある場合            | 一部未受診 | M   | 健診はあなたの健康を知る機会です。生活習慣や家族歴もこれからの健康リスクの手がかりの一つです。経年変化をしっかりと見守っていきましょう。                                                                 |

前回の比較所見コメント

| 項目の回答・条件等                  | コメント                                                                                    |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 前回 1. 異常なし で 今回異常なし        |                                                                                         |
| 前回 1. 異常なし で 今回異常所見        | 健診は早期発見、気づきのチャンスです。医療機関を受診しましょう。                                                        |
| 前回 2. 異常があったが放置 で 今回異常なし   | 今回は所見が認められないようです。ご自身で何らかの努力をなさったのなら、それを継続していきましょう。何もせずの変動なら次の機会にも必ず健診を受けて項目を確かめておきましょう。 |
| 前回 2. 異常があったが放置 で 今回異常所見   | 今回も所見が認められました。指摘事項は放置しないで医療機関を受診しましょう。                                                  |
| 前回 3. 自己管理している で 今回異常なし    | 健康管理の成果が上がったようです。油断は禁物リバウンド注意です。引き続き健診を受けて健康管理を続けてください。                                 |
| 前回 3. 自己管理している で 今回異常所見    | 今回も所見が認められました。指摘事項は放置しないで医療機関を受診しましょう。                                                  |
| 前回 4. 再検査や精密検査を受診 で 今回異常なし | 健康管理の成果が上がったようです。油断は禁物リバウンド注意です。引き続き健診を受けて健康管理を続けてください。                                 |
| 前回 4. 再検査や精密検査を受診 で 今回異常所見 | 今回も所見が認められました。指摘事項は放置しないで医療機関を受診しましょう。                                                  |
| 前回 5. 治療を開始した で 今回異常なし     | 引き続き、医師の指導のもとに健康管理に努めてください。                                                             |
| 前回 5. 治療を開始した で 今回異常所見     |                                                                                         |
| 6. 今回健康診断自体を初めて受診した で 異常なし |                                                                                         |
| 6. 今回健康診断自体を初めて受診した で 異常所見 | 異常は放置しないで、医師の指示に従ってください。                                                                |

タバコ

| 項目の回答・条件等                  | コメント                                                     |
|----------------------------|----------------------------------------------------------|
| 2. 以前は吸っていたが、最近1カ月間は吸っていない |                                                          |
| 3. いいえ で 異常なし              |                                                          |
| 2. 以前は吸っていたが、最近1カ月間は吸っていない |                                                          |
| 3. いいえ で 異常所見              |                                                          |
| 1. はい で 異常なし               | 喫煙習慣は、悪性腫瘍等や生活習慣病のリスクファクターです。早い時期に節煙や禁煙を実行し健康寿命を延ばしましょう。 |
| 1. はい で 異常所見               | 早い時期に禁煙を実行し、健康改善を計ることが健康寿命を延ばすポイントです。頑張って禁煙に取り組んでください。   |

## アルコール

| 項目の回答・条件等                          | コメント                                                                                       |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1：毎日、2：週5～6日 で 1合未満                | 適度な飲酒は健康増進につながると思われていますが、アルコールは1グラム当たり7Kcalの高カロリー飲料でもあり他の栄養素を含んでいません。しっかりとこの点を心して飲酒してください。 |
| 3：週3～4日、4：週1～2日、5：月に1～3日 で 1合未満    |                                                                                            |
| 3：週3～4日、4：週1～2日、5：月に1～3日 で 1合～2合未満 |                                                                                            |
| 1：毎日、2：週5～6日 で 1合～2合未満             | アルコールは肝疾患や代謝性疾患(糖尿・痛風)等、生活習慣病 のリスクを高めます。<br>健康状態に応じて飲酒をコントロールしてください。                       |
| 1：毎日、2：週5～6日 で 2合～3合未満             | 過度の飲酒は、アルコール性肝炎や代謝性疾患(糖尿・痛風)等、生活習慣病のリスクを高めます。<br>節酒を心がけて健康寿命を延ばしましょう。                      |
| 3：週3～4日、4：週1～2日、5：月に1～3日 で 2合～3合未満 |                                                                                            |
| 3：週3～4日、4：週1～2日、5：月に1～3日 で 3合以上    |                                                                                            |
| 1：毎日、2：週5～6日 で 3合以上                | 毎日3合以上の飲酒は依存の傾向もありますので、 飲酒の頻度や量を減らして健康寿命を延ばしましょう。                                          |

## 食事

| 項目の回答・条件等                       | コメント                                                                                                            |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある で はい | 遅い食事を摂ってすぐに就寝すると、摂った カロリーは消費されないままに中性脂肪に変換され 内臓脂肪蓄積に向かいます。<br>就寝前にどうしても夕食摂取が避けられないのであれば、思い切って 炭水化物摂取を控えてみてください。 |
| 朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか で 毎日 | 健康を維持する基本は、バランスのとれた程よいカロリーの食事摂取です。<br>間食は控えましょう。                                                                |
| 朝食を抜くことが週に3回以上ありますか で はい        | 規則正しい食事は健康の第一歩です。<br>一般的に日中の活動のためには、朝食摂取が勧められています。                                                              |

|        |         |
|--------|---------|
| ファイル形式 | 順編成ファイル |
| レコード長  | 380バイト  |

| No. | 項目名称       | 項目長 | 備 考                                |
|-----|------------|-----|------------------------------------|
| 1   | 学生番号       | 10  | 7桁左詰＋半角スペース                        |
| 2   | 出力可否       | 1   | 0:出力可 1:出力不可                       |
| 3   | 身長         | 4   | mm単位 exp)174.5cm→1745 数字のみ右詰       |
| 4   | 体重         | 4   | 100g単位 exp)62.5kg→0625 数字のみ右詰      |
| 5   | 最高血圧       | 3   | exp)120→120 数字のみ右詰                 |
| 6   | 最低血圧       | 3   | exp)98→098 数字のみ右詰                  |
| 7   | 視力右1(裸眼)   | 2   | 表記内容注の”. ”抜き情報 exp)0.1→01 0.1未満は00 |
| 8   | 視力右2(矯正)   | 2   | 表記内容注の”. ”抜き情報 exp)1.5→15 0.1未満は00 |
| 9   | 視力左1(裸眼)   | 2   | 表記内容注の”. ”抜き情報 exp)0.1→01 0.1未満は00 |
| 10  | 視力左2(矯正)   | 2   | 表記内容注の”. ”抜き情報 exp)1.5→15 0.1未満は00 |
| 11  | 聴力右        | 1   | 0:正常 1:異常有り                        |
| 12  | 聴力左        | 1   | 0:正常 1:異常有り                        |
| 13  | 潜血         | 1   | 0:－ 1:+ 2:++ 3:+++ 4:±             |
| 14  | 糖          | 1   | 0:－ 1:+ 2:++ 3:+++ 4:±             |
| 15  | 蛋白         | 1   | 0:－ 1:+ 2:++ 3:+++ 4:±             |
| 16  | レントゲン区分    | 1   | 0:間接 1:直接                          |
| 17  | レントゲン撮影年月日 | 8   | 西暦yyyymmdd                         |
| 18  | レントゲン写真番号  | 5   | exp)123→00123 数字のみ右詰               |
| 19  | レントゲン所見    | 60  | 半角文字不可                             |
| 20  | 眼・耳・鼻の疾患   | 60  | 半角文字不可                             |
| 21  | その他の疾病及び異常 | 60  | 半角文字不可                             |
| 22  | 主な既往歴      | 60  | 半角文字不可                             |
| 23  | 総合評価       | 60  | 半角文字不可                             |