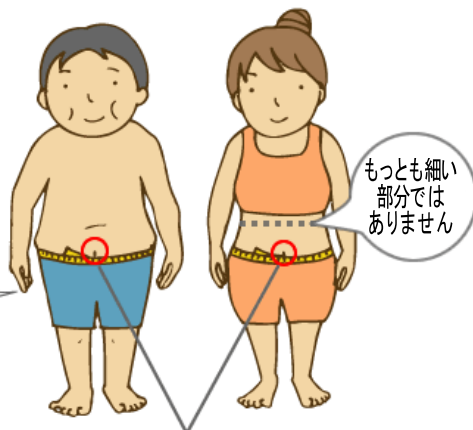
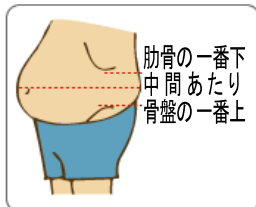


# あなたの3年間の糖尿病発症を予測するリスクスコア

項目	カテゴリー	点数
あなたの性別は？	女性	0
	男性	2
あなたの年齢は？	30歳～39歳	0
	40歳～49歳	2
	50歳以上	4
BMIを計算しましょう BMI(kg/m <sup>2</sup> )=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	21.0未満	0
	21.0～24.9	2
	25.0～28.9	3
	29.0以上	4
腹部肥満はありますか？（下図参照） 腹囲 男性 90cm以上 女性 80cm以上の方は「腹部肥満あり」です。	なし	0
	あり	2
タバコは吸いますか？	吸わない	0
	吸う	2
高血圧はありますか？ 収縮期血圧 140mmHg以上 または 拡張期血圧 90mmHg以上 または 血圧の薬を飲んでいる方は「高血圧あり」です。	なし	0
	あり	2
合計	( )点	

## 腹囲の測定方法

お腹に脂肪が  
たくさんあり  
垂れている方は・・・



おへその高さで  
水平にはかりましょう！

## 3年以内に糖尿病を発症する確率

合計点数	発症する確率
0～5点	< 2%
6～8点	2～4%
9点	5%
10～11点	7～9%
12～14点	11～18%
15～16点	23～28%

あなたの現在の状況は？  
当てはまるものに ○を  
つけて下さい

<input type="checkbox"/>	① 現在通院して定期的に血液検査を受けている
<input type="checkbox"/>	② 年に1回以上健康診断(検診・ドックなど)を受けている
<input type="checkbox"/>	③ 1年以上血液検査を受けていない

リスクの高い方は、生活習慣の改善を考えましょう。年に1回検診を受けて、御自分の健康チェックをしましょう。

※この調査は後日集計し、**啓発活動・学会発表等**に使用させていただくことを予定しています。

※さらに合計点数 **10点以上** かつ **上記③の方** で **同意いただける方** には **後日電話調査** をお願いしています。

※調査結果の使用にあたっては、**個人のプライバシーは堅く守られる** ことをお約束します。

調査結果を啓発活動・学会発表等に使用させていただくことに同意いただけますか 同意します 同意しません  
10点以上かつ上記③の方は電話調査に御協力いただけますか（当てはまる方のみ） 協力します 協力しません

ご氏名