

● 特定保健指導の記録

(メタボリックシンドローム判定が、**該当・予備軍該当**になった方は、市保健所、常澄保健センター、内原保健センターなどで指導を受け記録しましょう。)



みとちゃん

	年 月 日	年 月 日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
メタボリックシンドローム判定	・ 該当 ・ 予備軍該当	・ 該当 ・ 予備軍該当	・ 該当 ・ 予備軍該当	・ 該当 ・ 予備軍該当	・ 該当 ・ 予備軍該当
指導区分	・ 積極的支援 ・ 動機づけ支援	・ 積極的支援 ・ 動機づけ支援	・ 積極的支援 ・ 動機づけ支援	・ 積極的支援 ・ 動機づけ支援	・ 積極的支援 ・ 動機づけ支援
初回相談日					
目標設定					
行動計画 ☆目標を達成するために実践することを記入しましょう。					
実践内容 ☆目標達成できたこと、実践できたことを記録しましょう。					
6か月後の評価					

◆特定保健指導は、生活習慣病の発症リスクが高く生活習慣の改善による予防の効果が期待できる方を対象にしています。
対象となったら、積極的に保健指導を受けましょう。



みとちゃん

動機づけ支援	メタボリックシンドロームのリスクが出現し始めた方が対象	原則1回の保健指導
積極的支援	メタボリックシンドロームのリスクが重なっている方が対象	3～6か月継続的に保健指導