

保健指導における

学 習 教 材 集

(確定版)

伊能忠敬は、18年間で4千万歩の歩行実測をして《日本地図》を完成させた。その偉業を成す為に、歩くことで健康な身体を維持した。

伊能忠敬  
—子午線の夢—

厚生労働省推薦

1に運動 2に食事  
しっかり禁煙 最後にクスリ

主演の加藤剛さんは、健康日本21  
推進国民会議委員の一人です。



#### 本教材中の検査データの基準値等の扱いについて

- 本学習教材集は保健指導における効果的な媒体の例示であるため、使用に当たっては「標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）」において示す健診検査項目の健診判定値に統一した記載で使用する。
- なお、各学会のガイドラインを基に作成している資料については、各学会で示す基準値を使用している。
- また、資料A-6中のメタボリックシンドローム診断基準についても、内科系8学会で構成された「メタボリックシンドローム診断基準検討委員会」が示す診断基準を掲載している。