

評価（中間評価）

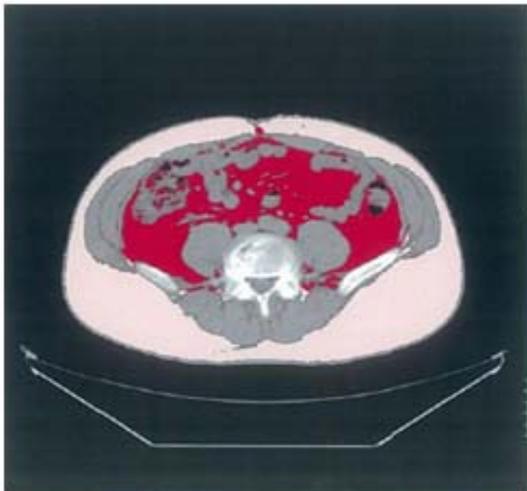
身体状況や生活習慣に変化が現れたか確認する。
必要に応じて、行動目標の修正を行う。

○身体測定結果 →減少しています。

項目	平成18年11月	12月	目標 平成19年5月
体重	84.0Kg	82.0 Kg (↓2.0kg)	79.0Kg
腹囲	100.5cm	99.5cm (↓1.0cm)	95.5cm

○血液検査等結果→改善しています。

項目	4月の健診結果	現在(4月との比較)	標準値
血清尿酸	7.6mg/dl	6.9mg/dl(↓0.7mg/dl)	7.0mg/dl以下(男性)
LDLコレステロール	138mg/dl	98mg/dl(↓40mg/dl)	120mg/dl以下



○内臓脂肪測定結果→ **100.7cm²** でした。

内臓脂肪の面積(赤色の部分)

※内臓脂肪の面積が100～150cm²の間にある場合は「内臓脂肪が多い」状態といえます。
※赤色の部分が内臓脂肪の面積、ピンク色の部分が皮下脂肪の面積です。

健康増進施設認定制度について

(平成19年3月1日現在)

根拠 健康増進施設認定規程(告示)

国民の健康づくりを推進する上で適切な内容の施設を厚生労働大臣が認定しその普及を図る(3類型を規定)

運動型健康増進施設

健康増進のための有酸素運動を安全かつ適切に行うことのできる施設

《設備要件》

- 運動関係 : 有酸素運動、筋力強化運動等を安全に行える設備(トレーニングジム、運動フロア及びプールの全部又は一部)
- その他 : 体力測定、運動プログラム提供及び応急処置のための設備

《人的要件 等》

- 運動プログラム提供者(健康運動指導士等)の配置
- 医療機関との連携(3類型共通)

407ヶ所

温泉利用型健康増進施設

健康増進のための温泉利用及び運動を安全かつ適切に行うことのできる施設

《設備要件》

- 運動関係、その他 : (運動型施設と同様)
- 温泉設備 : 次の5種類の設備
 - ①かぶり湯、②全身及び部分浴槽、③寝湯、持続浴槽等、④気泡浴槽、圧注浴槽等、⑤サウナ等

《人的要件》

- 運動プログラム提供者の配置
- 温泉利用指導者の配置(別紙参照)

30ヶ所

要件緩和(平成15年に追加)

温泉利用プログラム型健康増進施設

温泉を利用した健康増進のためのプログラム(以下のいずれか)を提供する施設

《設備要件》

- 運動関係 : (不要)
- その他 : 血圧測定、温泉利用プログラム提供、生活指導及び応急処置設備
- 温泉設備 : 次の2種類の浴槽
 - ①刺激の強いもの(泉温42度以上 等)
 - ②刺激の弱いもの(泉温33~39度 等)

《人的要件》

- 温泉入浴指導員の配置(別紙参照)

11ヶ所

認定要件