

2024

## 健康診断結果をご活用いただくために

## ～衛生管理担当者の方へ～

平素は、当協会をご利用いただき厚くお礼を申し上げます。

健康診断は、病気を早期発見することに加え個人の健康状態を継続的に把握し健康増進することが重要な役割です。職員の方が健康で安全に働くための指標としてお役に立ててください。

また、「健康診断結果のお知らせ」（受診者様用）に、生活習慣改善のための“健康アドバイス”と“健康トピックス”を掲載していますので、ご活用ください。

なお、健康診断結果は機微な個人情報ですので、二次検査の受診勧奨や帳票類のお取り扱いの際には、プライバシーに十分配慮されますようお願いいたします。

## 結果判定

各検査項目について、下記の判定が示されています。「要受診」となった方には、お早目に受診されますようご指導お願いいたします。

判定	判定表記	判定の意味
要受診	E:要治療 D:要二次検査	「治療」または「二次検査」のため医療機関でのご相談が必要です
要再検査	C	判定が困難でしたので、再検査が必要です
要観察	B3:要観察 3ヶ月 B6:要観察 6ヶ月	3ヶ月または6ヶ月ほど間をおいて、もう一度検査が必要です
	B:要観察	1年後の健診で数値の変化などを確認しましょう
受診中	F	現在受診中ですので、引き続き主治医にご相談ください
心配なし	A2	このまま放置しても心配のない所見です
異常なし	A1	今回の結果では異常ありません

要受診（要治療・要二次検査）の方へお勧めする診療科

検査項目	診療科	内科	循環器科	消化器科	腎臓内科	泌尿器科	呼吸器科	血液内科	耳鼻科 耳鼻咽喉科	婦人科
血中脂質		●	●							
血圧		●	●							
糖尿病・尿糖		●								
肝機能		●		●						
胃部・便潜血				●						
尿蛋白・尿潜血		●			●	●				
心電図			●							
胸部X線							●			
貧血		●						●		●
聴力									●	

\*上記以外の診療科（専門医等）を受診されることも可能です

\*現在治療中の疾患がある方は、主治医に相談されることをお勧めいたします

公益財団法人 北海道労働保健管理協会

<https://www.roudouhoken.or.jp/>

健診センター診療所  
札幌総合健診センター

〒003-0024 札幌市白石区本郷通3丁目南2番13号  
〒060-0062 札幌市中央区南2条西2丁目18番1 NBF 札幌南二条ビル7階

## 基準値の変更

各学会、ガイドラインなどの基準を参考に2024年1月より下記項目について基準値が変更となります。

## ●血圧

～139/～89 (mmHg) ⇒ ～129/～84

## ●中性脂肪（食後～9.5時間）

30～250 (mg/dl) ⇒ 30～174  
空腹時は変更ありません。

## ●血色素量（ヘモグロビン）

(男) 14.0～18.0 (g/dl) ⇒ 13.1～16.3  
(女) 12.0～16.0 (g/dl) ⇒ 12.1～14.5

※ 血圧、血中脂質検査、貧血検査の判定は過去と比較できません。

## 健康診断結果帳票類

## ＜事業場様用＞

## ●健康診断個人票

衛生管理者・健診担当者の方が、受診者の健康状態を容易に把握しやすいよう5回分の結果を表示しています。

## ●要受診・要再検査一覧表

要受診・要再検査となった方を記載しています。

## ＜受診者様用＞

## ●健康診断結果のお知らせ

5回分の健康診断結果とともに、受診者ご自身の結果に基づき個別に健康アドバイスなどを表示しています。

## ●精密検査依頼書

「胸部X線検査」、「胃部検査」、「腹部超音波検査」、「子宮がん検査」、「乳がん検査」において要受診となった方へ下記のための目的のために同封しています。

なお精密検査結果の取り扱い、個人情報保護法を遵守しています。

**情報提供** …精密検査を実施する医療機関への情報提供のために発行しています。

**精度管理への活用** …精密検査結果を医療機関より返信していただき、次回の当協会の判定に活用しています。

## お申込み

## 健康診断

巡回※ (011)862-5131 (健診企画部)  
施設（白石区） (011)862-5088 (健診センター診療所)  
施設（中央区） (011)222-0710 (札幌総合健診センター)

## 作業環境測定等

(011)862-5635 (環境管理課)

## 衛生管理者免許試験受験準備講習

(011)862-5022 (研修課)

## お問い合わせ

## 健康診断結果

健康診断の受診場所をご確認のうえ、お問い合わせください

巡回※・施設（白石区） (011)862-5605 (産業保健部)  
施設（中央区） (011)222-0710 (札幌総合健診センター)

## 個人情報の取り扱い

(011)862-5037 (お客様サポートセンター)

巡回※…受診場所が会社や合同健診会場

<検査の基準値および内容>

項目	基準値	内容														
腹囲	肥満は生活習慣病の誘因となるため、減量が必要です。 ・腹囲 男 85.0cm未満 女 90.0cm未満															
	・BMI (体格指数) = $\frac{\text{実測体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$ ・標準体重 (kg) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22															
BMI (体格指数)	BMIは身長と体重のバランスを表す体格指数で、「22」のときに最も病気になりにくいとされており、この数字から標準体重を割り出しています。															
		<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>やや</th> <th>普通</th> <th>肥満1度</th> <th>肥満2度</th> <th>肥満3度</th> <th>肥満4度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>BMI</td> <td>~18.4</td> <td>18.5~24.9</td> <td>25.0~29.9</td> <td>30.0~34.9</td> <td>35.0~39.9</td> <td>40.0~</td> </tr> </tbody> </table>		やや	普通	肥満1度	肥満2度	肥満3度	肥満4度	BMI	~18.4	18.5~24.9	25.0~29.9	30.0~34.9	35.0~39.9	40.0~
	やや	普通	肥満1度	肥満2度	肥満3度	肥満4度										
BMI	~18.4	18.5~24.9	25.0~29.9	30.0~34.9	35.0~39.9	40.0~										
尿検査	糖 (-)	(+)以上のときは糖尿病が疑われます。														
蛋白	(-)	(+)以上のときは腎臓・尿路の病気が疑われます。														
潜血	(-)	(+)以上のときは腎臓・尿路の病気が疑われます。														
ウロビリノーゲン	(正)	(+)以上のときは肝機能障害が疑われます。														
血圧測定	最高血圧 129 mmHg以下 最低血圧 84 mmHg以下	高血圧を放置すると脳卒中、心臓病、腎臓病などを起こすことがあります。														
血中脂質検査	総コレステロール	120~219 mg/dl	総コレステロール・中性脂肪・LDLコレステロールの高値、HDLコレステロールの低値は動脈硬化を促進します。放置すると心筋梗塞、脳梗塞などの誘因となります。また、non-HDLコレステロールは動脈硬化を進めるコレステロールの量を表します。													
	中性脂肪	空腹 30~149 mg/dl 食後 30~174 mg/dl														
	HDLコレステロール	男 40.0~80.0 mg/dl 女 40.0~90.0 mg/dl														
	LDLコレステロール	70~139 mg/dl														
	non-HDLコレステロール	100~169 mg/dl	※食後10.0時間以上を空腹としています。													
	βリポ蛋白	230~730 mg/dl														
肝機能検査	GOT(AST)	0~45 IU/l	肝臓病、心筋梗塞、筋肉の病気などで上昇します。													
	GPT(ALT)	0~45 IU/l	肝臓病などで上昇します。													
	ALP	35~125 IU/l	胆道系・骨の病気などで上昇します。													
	LDH	100~240 IU/l	肝臓病、心筋梗塞、筋肉の病気などで上昇します。													
	γ-GTP	0~85 IU/l	肝臓病(アルコールによるものが多い)、胆道系の病気で上昇します。													
	総ビリルビン	0.20~1.20 mg/dl	黄疸のときに上昇します。													
	総蛋白	6.3~8.5 g/dl	肝臓病、ネフローゼなどで異常値を示します。													
	ALB	3.8~5.9 g/dl	血清蛋白は主にアルブミン(ALB)とグロブリンに分けられ、その比(A/G比)は肝臓病や腎臓病などの診断の参考になります。													
	A/G比	1.00~2.40														
	コリンエステラーゼ	160~430 IU/l	肝機能障害で低下、脂肪肝などで上昇します。													
HBs抗原	(-)	(+)のときはB型肝炎ウイルスに感染している可能性を示します。														
	0.05未満 IU/ml															
	(-)	(+)のときは過去にB型肝炎ウイルスに感染した可能性を示します。														
	10.0未満 mIU/ml															
HBs抗体	(-)	(+)のときはC型肝炎ウイルスに感染している可能性を示します。														
HCV抗体	(-)	(+)のときはC型肝炎ウイルスに感染している可能性を示します。														
腎・代謝・尿	尿素窒素	8.0~23.0 mg/dl	腎機能低下により上昇します。蛋白質摂取、消化管出血などの影響も受けます。													
	クレアチニン	男 0.35~1.14 mg/dl 女 0.35~0.84 mg/dl	腎機能低下により上昇します。													
	eGFR	60.0~	腎機能低下により下がります。													
	尿酸	2.0~7.0 mg/dl	高値を放置すると痛風、尿路結石、腎結石、動脈硬化などの原因となります。													
	血清アミラーゼ	20~130 IU/l	膵臓・唾液腺の病気で上昇します。													
糖尿病検査	血糖値	空腹 60~109 mg/dl 食後 60~139 mg/dl	糖尿病で血糖値が高くなります。糖尿病を放置すると網膜症や腎障害などの合併症が出現します。※食後10.0時間以上を空腹としています。													
	HbA1c (NGSP)	4.3~5.9 %	過去約1~2ヶ月の血糖のコントロール状態を調べる検査です。													
便潜血検査	(-)	(+)のときは消化管からの出血が疑われます。大腸がん、ポリープなどの早期発見に役立ちます。														
喀痰検査		痰の中のがん細胞の有無を調べます。														
肺機能検査		肺の病気などにより異常値を示します。														
尿沈渣検査		尿の成分を顕微鏡で調べ、腎・尿路の病気の診断の参考になります。														
乳がん検査		超音波検査及びマンモグラフィ検査で乳がんの早期発見に役立ちます。														
子宮がん検査		子宮頸部の細胞を採取し、がん細胞の有無を調べます。														

項目	基準値	内容		
貧血検査	赤血球数	男 400~550 万/μl 女 380~500 万/μl	低値では貧血が疑われ、酸素を運ぶ機能が悪くなります。食習慣の影響や、血液の病気のほか胃潰瘍・子宮筋腫など二次的に起こることがあります。	
	血色素量	男 13.1~16.3 g/dl 女 12.1~14.5 g/dl	高値では多血症が疑われ、血液の粘りやすさが増し、血管が詰まる原因にもなります。	
	ヘマトクリット	男 38.0~52.0 % 女 35.0~48.0 %	どちらもゆっくり進行する場合は症状を自覚しないこともあります。	
	血清鉄	男 60~170 μg/dl 女 50~160 μg/dl		
白血球分画	白血球数	4000~9500 /μl	感染症、血液の病気で異常値を示します。	
	好中球	34.0~70.0 %		
	好酸球	0.0~7.0 %	白血球分画とは白血球の細胞の種類を詳しく示したもので、病気の診断の手がかりとします。	
	好塩基球	0.0~1.0 %		
	リンパ球	20.0~50.0 %		
	単球	4.0~11.0 %		
血小板検査	血小板数	12.0~34.0 万/μl	血液の病気や肝硬変などで異常値を示します。	
	RF (RA)	(-)	リウマチなどの病気や炎症で(+)になることがあります。	
	CRP	(-)		
	ASLO	(-)	溶連菌感染を受けたとき(+)になることがあります。	
腫瘍マーカー	PSA	0.0~4.0 ng/ml	PSAは主に前立腺、CEAは主に大腸・膵臓・肺、CA19-9は主に膵臓・胆道、AFPは主に肝臓、CA15-3は主に乳腺、CA125は主に婦人科系の腫瘍で増加します。ただし、他の原因でも異常値となることもあります。(CA125…妊娠や生理中など)	
	CEA	0.0~5.0 ng/ml		
	CA19-9	0~37 U/ml		
	AFP	(-)		
	AFP	0.0~8.5 ng/ml		
	CA15-3	0~28 U/ml		
	CA125	0~35 U/ml		
筋	CPK	男 24~195 IU/l 女 24~170 IU/l	筋肉の病気・心筋梗塞で上昇します。激しい運動のあとに一時的に上昇することもあります。	
	肝胆	LAP	30~90 IU/l	肝臓・胆のうなどの障害で上昇します。
	TSH	0.61~4.23 μIU/ml	甲状腺機能を調べる検査です。	
	F-T3	2.5~3.5 pg/ml	甲状腺機能亢進症(バセドウ病)や甲状腺機能低下症(橋本病)などで異常値を示します。	
	F-T4	0.7~1.3 ng/dl		
甲状腺	NT-proBNP	0~124 pg/ml	心臓に負荷がかかると血液中に分泌されるホルモンで、心不全や虚血性心疾患など様々な心疾患で上昇します。	
	ペプシノーゲン I / II 比	ペプシノーゲン I が70以下、かつ比が3.0以下が異常	胃の炎症や萎縮を調べる検査です。胃粘膜の状態を知ることで、胃がんになるリスクを知ることができます。	
胃	ピロリ抗体IgG	2~3 U/ml	ピロリ菌は胃粘膜に住みつく細菌です。長期間の感染により萎縮性胃炎や胃がんの発症につながる可能性があります。除菌をすることにより胃がんのリスクを下げる事ができます。2~3の場合はピロリ菌感染の可能性はほとんどありません。	
	胸部X線検査		肺結核などの肺の病気を調べます。 炎症療瘻 過去の炎症が治ったあとです。 肺のう胞 肺の一部が、袋状にふくらんだものです。 心陰影拡大 高血圧、心疾患等に伴って心臓が大きくなる場合があります。 胸膜癒着(肥厚) 炎症が治ったあと、肺をつつんでいる膜(胸膜)に引きつれが起った(または厚くなった)状態です。	
胃腸検査	胃・十二指腸の病気を調べます。		胃 胃炎 胃の粘膜に炎症を起こしている状態です。 潰瘍・癒着 粘膜が傷ついている、もしくはあとのことです。バリウム検査では潰瘍や癒着に見えても、がんが見つかることもあります。 憩室 壁が外側へ、袋状に飛び出ている状態です。 ポリープ イボのような形をしたかたまりです。	

項目	内容
心電図検査	不整脈や心臓病などを調べます。 洞性頻脈(徐脈) 心電図の波形に異常はありませんが、脈が速い(遅い)状態です。 期外収縮、心房細動(粗動)、頻拍、二段脈、ショートラン、補充収縮 不整脈の種類です。期外収縮が見られても必ずしも病気とはいえませんが、程度によっては治療が必要なこともあります。 異常Q波、ST上昇(低下)、陰性T、小さなR波の増高不良、前壁QS型 著しい変化の場合は心筋の虚血(狭心症や心筋梗塞)を疑わせるものもありますが正常と異常の境界程度であったとしても同じ表現を使います。 右(左)房負荷、右(左)室肥大 高血圧、心疾患、肺疾患などで見られることもあります。 心筋内には心臓収縮の「命令を出す場所」と「命令を伝えるための通路」が存在します。この部分の変化には以下のようなものがあります。 房室ブロック 心房と心室が収縮するタイミングが微妙にずれていて、この間隔が延長したものです。 WPW症候群、早期興奮症候群 心房と心室の収縮のタイミングが通常より短いものです。 右(左)軸偏位、不定軸 '命令'が伝わるおおよその方向が、通常より右(左)にずれているものです。 右脚(左脚、左脚前枝、左脚後枝、両脚)ブロック '通路'の一部が途絶えたり流れが悪くなった状態です。 非伝導性P、洞停止、洞房ブロック、洞不全症候群 '命令'が一時的に出されなかったり伝わらなかった状態です。
	肝臓・胆のう・腎臓・膵臓などの検査です。 脂肪肝 過剰に摂取した栄養分が脂肪に変換されて肝臓に溜まったものです。 血管腫 細い血管が網目状に集まって、かたまりのように見える状態です。 のう胞 臓器の一部に存在する「組織液の溜まった袋」です。 結石 臓器内に出来た石で、いろいろなタイプがあります。 胆のうポリープ 胆のうの壁に出来たイボ状のかたまりです。できる原因については様々です。 胆のう壁内結石 胆のうの壁の内部に石灰成分が埋まっている状態です。いわゆる「胆石(胆のう結石)」とは異なります。 胆のう筋筋症、胆のう壁肥厚 様々な原因によって、壁の一部(もしくは全部)が厚くなった状態です。
	眼の奥の血管を検査することで、動脈硬化・高血圧・糖尿病による変化がわかります。また、網膜の変化などもわかります。 硬性白斑、軟性白斑 糖尿病・高血圧の進行過程、または病気の治ったあとに見られる変化です。加齢に伴うものもあります。 C/D比拡大 視神経、血管が眼球に入る部分の変化を示します。線内障や強度の近視で拡大することがあります。 高血圧性変化、糖尿病性網膜症、細動脈硬化性変化、分枝動脈(静脈)閉塞 動脈硬化に関連する所見ですが、糖尿病や高血圧などの病気に伴う場合は治療が必要です。 有髄神経腫瘍、上乳頭腺 先天的なもので特に治療を必要とするものではありません。 黄斑変性症、黄斑孔孔、黄斑部網膜上膜形成 物を見るときに中心的な動きをしている部分(黄斑)の変化です。
	頸動脈の状態から、全身の動脈硬化の程度を推測する検査です。頸動脈は首の横を通り脳に血液をおくる血管のことで、体の表面から近く、観察しやすい血管のため検査に適しています。