

[表示内容]

- 各項目で「いいえ」を選択した数の合計

(カ) 行動計画チェック

行動計画とその結果を管理する。

[入力項目]

- 計画日
- 改善項目
- 計画チェック日
- 結果

(キ) メタボ脱出減量プラン

減量プランを管理する。

[入力項目]

- 腹囲
- 目標腹囲
- 目標体重
- エネルギーの減らし方（身体活動、食事）

[表示内容]

- 「確実にじっくりコース」の期間
- 「急いでがんばるコース」の期間
- 減らさなければならぬエネルギー量
- 一日あたりに減らすエネルギー量

### 3. できたかなシート

毎日の記録を管理する。

#### [入力項目]

- 行動計画
- 入力日時
- 体重
- 腹囲
- 歩数
- 行動計画の実践
- 感想

#### [表示内容]

- 体重の変化（グラフ表示）
- 月単位のまとめ（体重の変化、腹囲の変化、行動計画の実践）

### 4. 自己評価

6ヵ月後の状態を管理する。

#### [入力項目]

- 行動計画の実践状況
- 初回面接で立てた行動目標
- 達成の可否
- 達成の理由
- 今後も継続する自信
- 次の健診までどうなっていたいか
- そのために何をするか

#### [表示内容]

- 生活習慣チェックで「いいえ」の項目（初回面接時、3ヵ月後、6ヵ月後）
- 初回面接からの体重の変化
- 初回面接からの腹囲の変化

■システム動作イメージ

[起動画面]



社会保険出版社

水嶋春朔・松本秀子／共著

「脱メタボリックシンドローム大作戦～生活習慣改善で内臓脂肪を減らそう～」より。  
許諾を得て、システム開発の基礎材料として使用。

### [対象者情報の管理]

対象者にはIDを割り振って、複数の対象者が利用できるようにする。



### [対象者情報の入力、対象者検索]

最初に対象者の基本情報を登録する。

2回目からは対象者IDを入力する事によって、追加入力や変更、記録の表示、印刷を行う事ができる。

対象者情報入力	
対象者ID:	123456789
保険証記号・番号:	000000000
氏名:	山田太郎
ふりがな:	やまたたろう
生年月日:	1999/1/1
性別:	<input checked="" type="radio"/> 男性 <input type="radio"/> 女性
身長:	170
体重:	70
<input type="button" value="登録"/> <input type="button" value="キャンセル"/>	

対象者検索	
対象者ID:	<input type="button" value="検索"/>
999999999	<input type="button" value="キャンセル"/>

### 【健康状態チェック】

検診や面接の結果を入力する事により、健康状態を判断するための支援を行う。



### 【保険指導のレベルチェック】

画面の表示内容に答えていくと、階層化した保険指導の行い方を判定して表示する。



[健診結果入力画面]

検診結果を入力し数値の異常を検出する事ができる。

健診結果チェック

検診結果を入力してください。

肥満		
腹囲	86	cm
身長	170	cm
体重	70	kg

脂質		
中性脂肪	200	mg/dl
HDLコレステロール	40	mg/dl
LDLコレステロール	120	mg/dl

血糖		
空腹時血糖	90	mg/dl
HbA1c	4.5	%
(随時血糖)	139	mg/dl

喫煙		
たばこ	<input checked="" type="radio"/> 吸わない	<input type="radio"/> 吸う

結果確認      キャンセル

[できたかなシート 入力画面]

日々の記録を管理する。

特定保健指導データベースシステム

利用者情報管理 | 健康状態チェック | できたかなシート | 自己評価 | ヘルプ

できたかなシート

2008年 11月

私の行動計画:

日	曜日	体重	腹囲	歩数	行動計画の実践	感想・いい所
1	土	71.9	85.3	7,600		夕食を少し食べ過ぎた
2	日	71.6		9,500	○	
3	月	71.5		8,250	○	
4	火	71.1		10,025	○	
5	水	71.2		7,321		歩きが少なくて少し体重が増えた
6	木					
7	金					
8	土					
9	日					
10	月					
11	火					
12	水					
13	木					
14	金					
15	土					
16	日					
17	月					
18	火					
19	水					
20	木					
21	金					
22	土					
23	日					

[できたかなシート まとめ表示画面]

月単位の集計結果を表示できる。

