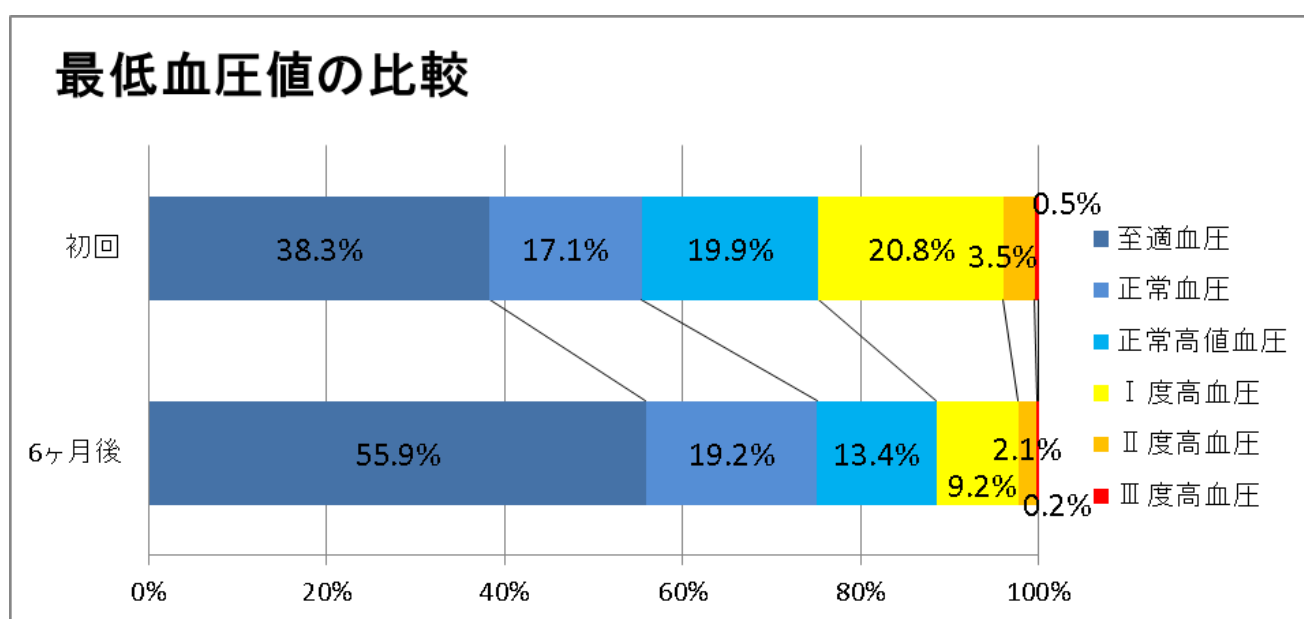
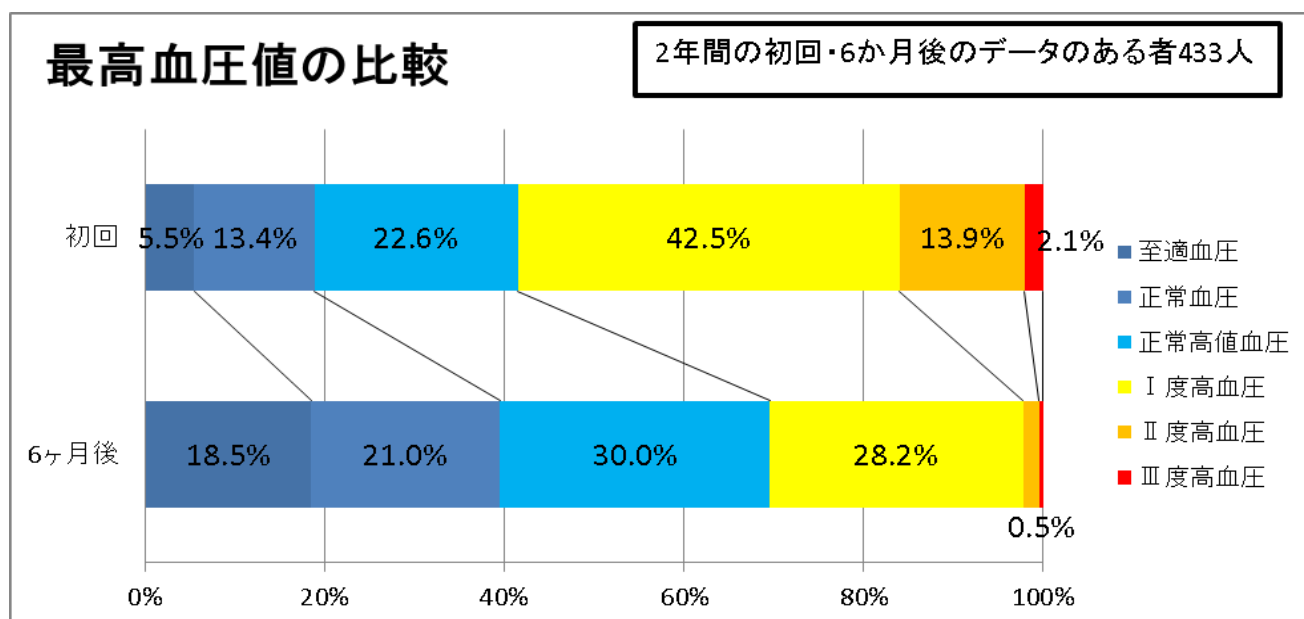


＜平成 26 年度～平成 28 年度（前期まで）4 期分の集会所コース 初回と 6 か月後の血圧比較＞



改善した項目	開始時	6 か月後
最高血圧が正常域の人 (27.9%増)	41.5%	69.5%
最低血圧が正常域の人 (13.2%増)	75.3%	88.5%

分類	収縮期血圧		拡張期血圧
至適血圧	<120	かつ	<80
正常血圧	<130	かつ/または	<85
正常高値血圧	130～139	かつ/または	85～89
I 度高血圧	140～159	かつ/または	90～99
II 度高血圧	160～179	かつ/または	100～109
III 度高血圧	≥180	かつ/または	≥110
収縮期高血圧	≥140	かつ	<90

日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2014