

第八 特定保健指導

特定保健指導の実施については、とくとく健診とは別に契約が必要になります。
実施についてのお問い合わせは、国保健康推進担当課へお願いいたします。

目的

被保険者の糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防するとともに、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の該当者及び予備群の減少を図ることを目的として実施します。

1 利用資格の確認

※事前申込の時点でもご確認下さい。

(1) 対象者

以下のア～ウのすべてを満たす者が対象です。

ア 札幌市国保が実施する特定健診(とくとく健診)の受診者で、階層化の結果「積極的支援」「動機付け支援」「動機付け支援相当」と判定された者

イ とくとく健診を実施する年度に40歳以上(実施年度中に40歳になる者を含む)であり、かつ保健指導の実績評価(予定)時点において75歳未満の者

ウ 初回面接及び実績評価実施時点で札幌市国保の被保険者

※とくとく健診を実施する年度において65歳以上の方は(実施年度中に65歳になる者を含む)積極的支援の対象となった場合でも、動機付け支援を実施します。

(2) 札幌市国保であることの確認

マイナ保険証や資格確認書等により札幌市国保の被保険者であることを確認します。

(3) 利用券の確認

札幌市国保から発行された「特定保健指導利用券」(以下「利用券」という)を確認します。

「利用券」の保険者名・保険者コードは居住区にかかわらず、札幌市国保は共通です。…「札幌市/00010017」

- ・有効期限内であるか

- ・(2)で確認した被保険者情報(氏名・生年月日・性別)と一致しているか

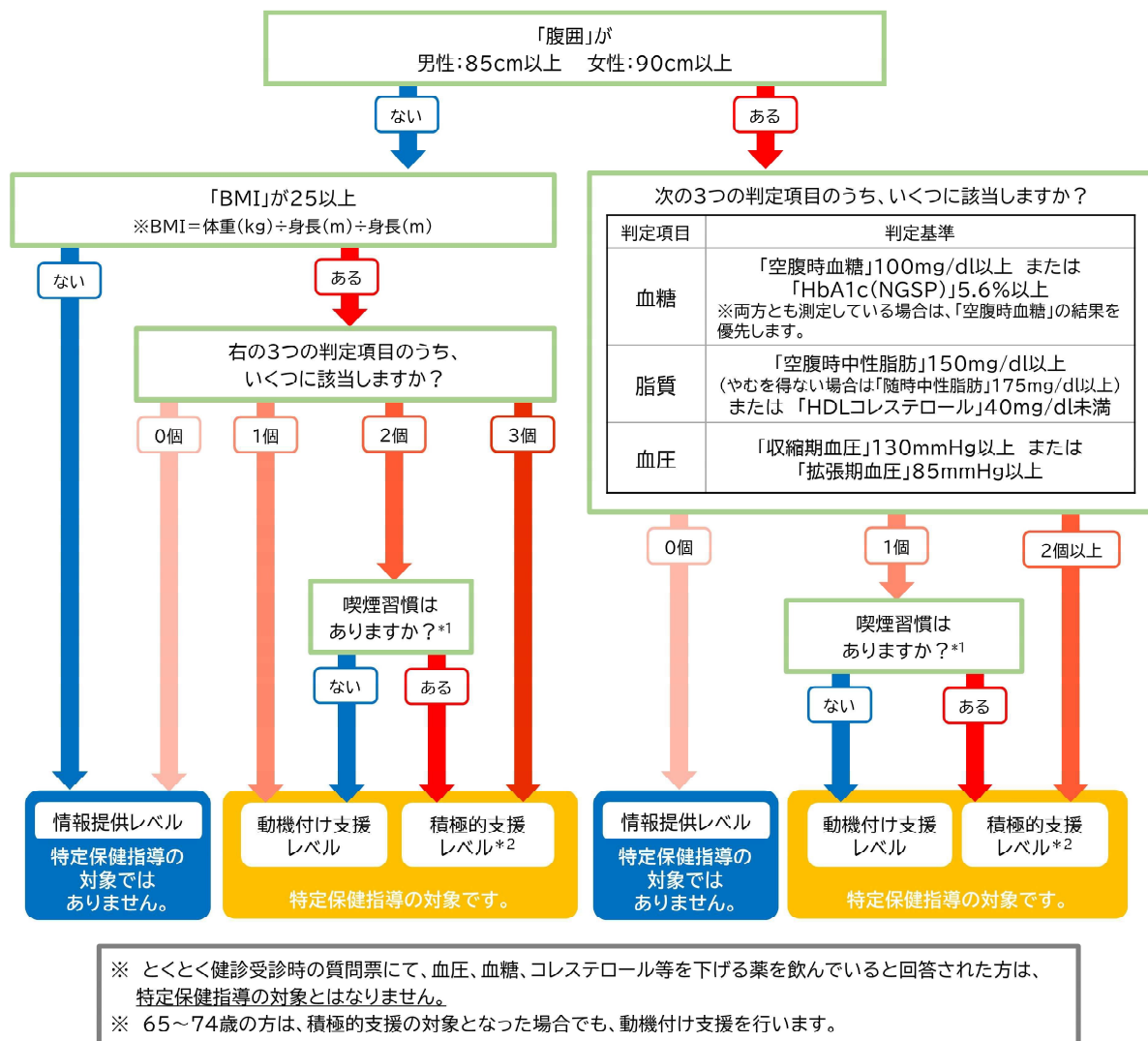
- ・複数所持していないか

※「利用券」は委託料の請求及び重複利用の防止のために必要ですので、初回面接実施時に必ず対象者から回収してください。

第八 特定保健指導

(4) 対象者の選定と階層化

特定保健指導の対象となる方 ～とくとも健診結果からの判定基準～



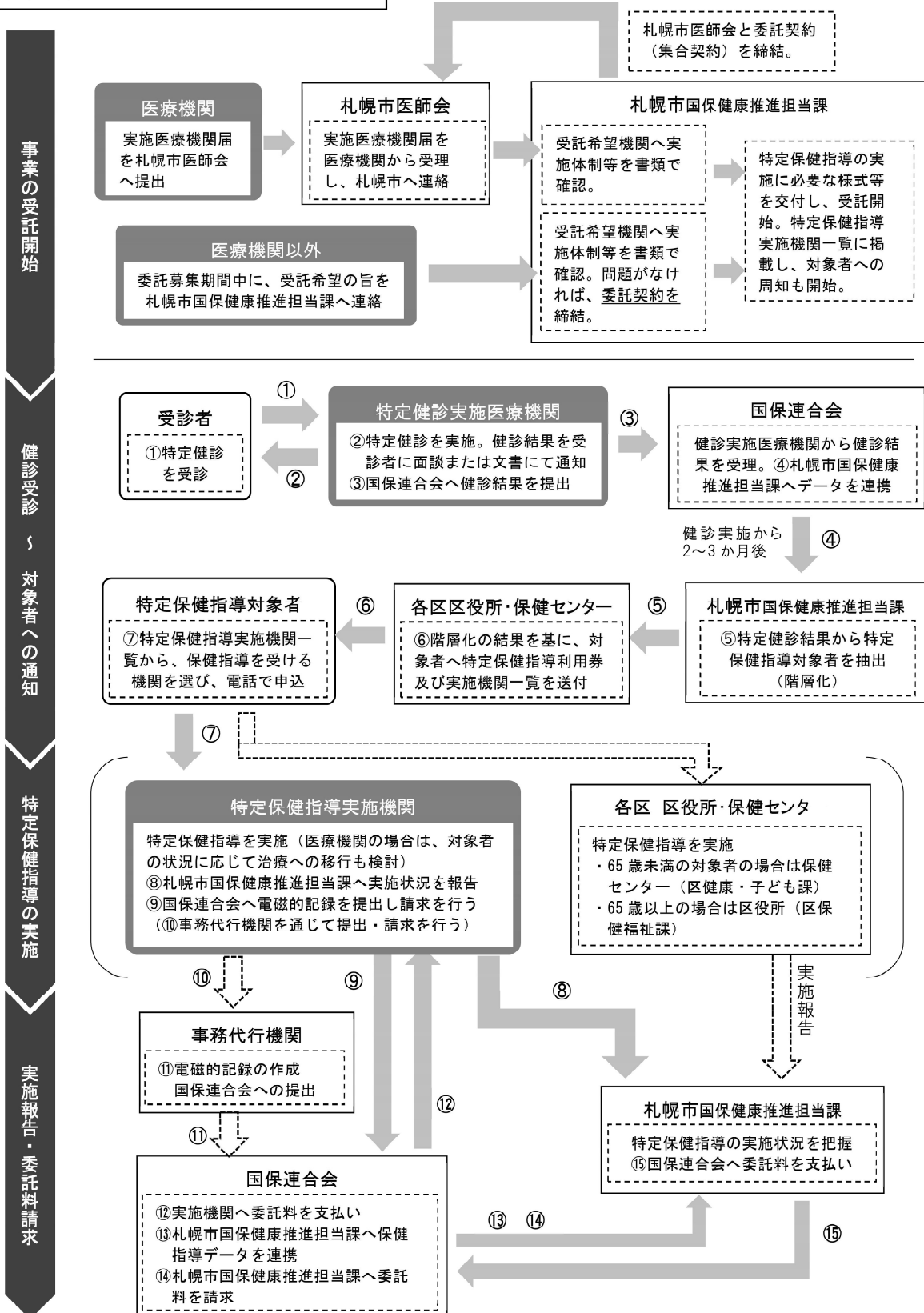
*1 とくとも健診受診時の質問票から判断します。「以前は吸っていたが最近1か月間は吸っていない」場合は、「喫煙なし」として扱います。

*2 保健指導区分が2年連続積極的支援レベルに該当した者のうち、1年目に積極的支援を終了し、1年目に比べ2年目の健診結果が下記基準のとおり改善している者について、2年目は保健指導区分を「動機付け支援相当」レベルとして、動機付け支援と同様の支援を実施した場合でも特定保健指導を実施したとみなすことが可能。(利用者や特定保健指導実施機関の事情・状況により判断する。)そのため、札幌市国保健康推進担当課での階層化作業においては、当初の保健指導区分は「動機付け支援相当」とする。(ただし、初回面接を早期実施又は分割実施する者は除く)

【「改善した」と判断する基準】

- ・BMI<30の場合、腹囲1.0cm以上かつ体重1.0kg以上減少している者
- ・BMI≥30の場合、腹囲2.0cm以上かつ体重2.0kg以上減少している者

特定保健指導事業の全体的な流れ(フロー図)



第八 特定保健指導

2 実施機関

各区保健センター、各区保健福祉課または札幌市が契約を締結する特定保健指導実施機関

3 実施方法

実施にあたっては、平成25年厚生労働省告示第91号「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準第七条第一項及び第八条第一項の規定に基づき厚生労働大臣が定める特定保健指導の実施方法」、令和6年4月厚生労働省健康局「標準的な健診・保健指導プログラム【令和6年度版】」に則した内容とし、対象者の特性やニーズに応じた指導方法を組み入れていくこととします。

(1) 保健指導の内容

特定保健指導は、利用者が自らの健康状態、生活習慣の改善すべき点を自覚し、生活習慣の改善に向けた自主的な取組を継続して行うことができる内容とします。

実施機関は、基本的な保健指導プログラム（使用する学習教材等も含む）をあらかじめ作成し、札幌市国保健康推進担当課と共有します。なお、基本的な保健指導プログラムのパターンを参考4（72 ページ）に示しておりますので、プログラム作成時の参考としてください。

実施形態は施設利用型、初回面接分割型、運動施設通所型（積極的支援のみ）とし、下記のとおり実施します。

施設利用型：実施機関の施設内で保健指導を実施

（対象者が希望した場合は、対象者宅等へ訪問による保健指導を実施することも可能）

初回面接分割型：初回面接を「分割実施」にて実施

運動施設通所型：健康運動指導士等による運動プログラムを取り入れた保健指導を実施

なお、札幌市国保特定保健指導では、ICT（情報通信技術）を活用したオンラインによる面接指導は取り入れておりません。

	積極的支援	動機付け支援
申込受付	実施機関において、特定保健指導を希望した者の受付を行う。 （予約受付後、概ね2週間以内に初回面接を実施できる体制を整えること。）	
健診結果データの確認	健診結果（検査及び質問票結果）は、健診機関が作成したもの、または特定保健指導利用券に記載されたデータを活用する。	
初回面接	<実施方法> 下記の3種類の方法のうち、いずれかの方法で実施すること。 ■「早期実施」 とくとく健診と特定保健指導の両方の実施が可能な実施機関において、健診当日等、血液検査結果を含む全ての健診結果が揃った段階で、実施機関にて階層化を実施して特定保健指導の対象者であることが判断できた場合は、特定保健指導利用券発行前でも初回面接を実施できる。	

	積極的支援	動機付け支援
初回面接	■「分割実施」(初回面接分割型) とくとく健診と特定保健指導の両方の実施が可能な実施機関において、健診当日のBMI・腹囲・血圧・質問票(喫煙歴、服薬)から実施機関にて階層化した結果、特定保健指導の対象となった場合、健診当日から1週間後まで*に初回面接分割実施1回目として面接指導を実施し、行動計画を9割方作成する。後日、血液検査等のすべての健診結果が揃った段階であらためて階層化を実施し、保健指導区分が「動機付け支援」と「積極的支援」のどちらになるかを確定させ、さらに医師が総合的な判断を行った上で、初回面接分割実施2回目として面接または電話等で指導を実施し、行動計画を完成させる。 *とくとく健診実施当日を0日とし、7日後までを1週間とする。 ※初回面接分割実施ができる機関は、「積極的支援と動機付け支援の両方」を受託している機関のみとする。「動機付け支援」のみを受託している機関においては、血液検査等のすべての健診結果が揃った段階で再度階層化したときに「積極的支援の対象」となった場合、初回面接2回目を実施することができないため。 ■「通常実施」(上記以外の方法) 特定保健指導利用券発行後に実施 <支援の内容> ・生活習慣ととくとく健診の結果との関係の説明や、生活習慣の振り返りを行い、生活習慣の改善の必要性について説明する。 ・食事、運動等、生活習慣の改善に必要な事項について実践的な指導をする。 ・目標値(腹囲・体重等)及び目標値に向けた生活習慣改善につながる行動目標等の設定を支援する。	
支援計画の作成	初回面接による支援において設定した行動目標を、利用者が達成できるよう、必要な介入・支援等の内容を取りまとめた計画書を作成する。	
3か月以上の継続的な支援	初回面接後(初回面接分割実施の場合は、初回面接2回目の後)、3か月以上の継続的な支援を行う。なお、初回面接を分割して実施した場合は、初回面接2回目実施後、同日中に継続的な支援を実施することも可能。	
実績評価	実施にあたっては、プロセス評価及びアウトカム評価の合計で180ポイント以上の支援を行うことを最低条件とする。(ポイント算定条件はp60～61を参照) 初回面接後(初回面接分割実施の場合は、初回面接2回目の後)3か月以上経過後に、面接または通信等により、設定した行動目標が達成されているかどうか並びに身体状況及び生活習慣に変化が見られたかどうかについて、実績評価を行う。 実施機関が、利用者から評価結果データが得られないために実績評価ができない場合は、利用者への度重なる督促・評価等の実施記録をもって代えられることとする(みなし評価)。なお、<u>不在など連絡がとれない場合の確認回数は3回以上とする</u>(電話でも可)。	

第八 特定保健指導

	積極的支援	動機付け支援
脱落者の認定	①利用者の意向又は資格喪失の場合 初回面接による支援終了後、3か月を経過しない期間において、利用者から保健指導辞退の申出があった者又は資格喪失をした者については、脱落・終了として実施機関から札幌市国保健康推進担当課（必要な場合は利用者へも）に報告する。 ②最終利用日から未利用のまま2か月を経過した場合 実施予定日に利用がない等の状態で、最終利用日から未利用のまま2か月を経過した場合には、実施機関から市及び利用者に脱落認定の通知を行い、さらに、2週間以内に利用者から再開依頼がなければ、脱落・終了として実施機関から札幌市国保健康推進担当課（必要な場合は利用者へも）に報告する。	

【注意事項】

保健指導区分が「動機付け支援相当」である対象者は、積極的支援ではなく動機付け支援を実施した場合でも特定保健指導を実施したとみなすことが可能。（利用者や実施機関の事情・状況により、積極的支援を実施することも可能。）

ただし、初回面接の早期実施または分割実施にて積極的支援を開始しており、後に当該利用者が「動機付け支援相当」の該当者であることが判明した場合は、途中で保健指導区分を変更せず、積極的支援を継続する。

「動機付け支援相当」の対象者へ積極的支援を実施した場合は、速やかに札幌市国保健康推進担当課へ報告すること。

☆「積極的支援」での支援ポイントについては次のとおり

【アウトカム評価】 評価時期は、初回面接から3か月以上経過後の実績評価時とする。

算定要件		ポイント
当該年度のとくとく健診の結果に比べ、腹囲 2.0cm 以上かつ体重 2.0kg 以上減少（又は当該年度の健診時の体重の値に、0.024 を乗じた体重（kg）以上かつ同体重（kg）と同じ値の腹囲（cm）以上減少）		180
当該年度のとくとく健診の結果に比べ、腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少		20
行動変容の目標 ・行動変容の目標設定では、行動変容別に2か月間継続することにより腹囲 1cm 以上かつ体重 1kg 以上減少と同程度とみなすことのできる行動変容の目標とする。 ・実績評価の時点で生活習慣の改善が2か月以上継続している場合に達成と評価する。行動変容別に各1回までの評価（例：食習慣の改善の目標が複数設定されている場合、複数達成してもポイントの算定は20p）とする。	食習慣の改善	20
	運動習慣の改善	20
	喫煙習慣の改善（禁煙）	30
	休養習慣の改善	20
	その他の生活習慣の改善	20

※行動目標の設定及びアウトカム評価ポイント算定にあたっては、「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（第4版）」「2-5 積極的支援」、「標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）」「3-7 特定保健指導における情報提供・保健指導の実施内容」、及び「特定健康診査・特定保健指導に関するQ&A集」第4期（2024年度～2029年度）をよくご確認ください。

【プロセス評価】

算定要件			ポイント
		介入量	
支援 形態	個別支援	最低 10 分間以上／回	70／1 回
	グループ支援	最低 40 分間以上／回	70／1 回
	電話	最低 5 分間以上／回	30／1 回
	電子メール等	—	30／1 往復
健診当日から 1 週間後までの 初回面接（早期介入）		健診当日	20
		健診当日以外	10

(2) 保健指導自己負担

無料

(3) 保健指導開始時点又は実施中の糖尿病等の生活習慣病に係る服薬の開始について

健診実施時には服薬等は行っていなかったため、特定保健指導対象者となり、保健指導の開始時点または実施中に状態の変化等があり、糖尿病等の生活習慣病に係る服薬等を始めた場合については、本人が服薬指導と並行して保健指導を希望した場合、特定保健指導を開始または実施継続できます。（本人が服薬指導を行っている医師と相談することが望ましいと考えます。）

なお、保健指導実施中の者が、服薬中であることを理由に保健指導を中断する判断となった場合は、「特定保健指導利用者名簿」（133ページ）にてその旨を札幌市国保健康推進担当課へ報告します。

4 保健指導実施報告及び委託料の請求

(1) 札幌市国保健康推進担当課への保健指導実施報告

- ・実施機関は、初回面接実施者（初回面接分割実施の場合は、初回面接 2 回目の利用者）、実績評価終了者及び脱落者について「特定保健指導利用者名簿」（133ページ）を作成します。
- ・実施機関は、「特定保健指導利用者名簿」を保健指導を実施した月の翌月 5 日までに札幌市国保健康推進担当課へ郵送で提出します（FAX 不可）。

※初回面接早期実施および分割実施の場合は、面接実施後（分割実施の場合は初回面接 1 回目実施後）、速やかに「特定保健指導（早期・分割）利用申出書」

（134ページ）を札幌市国保健康推進担当課へ郵送でご提出ください。健診受診の約 2 ～ 3 か月後、国保健康推進担当課から特定保健指導実施機関へ、対象者の特定保健指導利用券を送付いたします。

第八 特定保健指導

☆「特定保健指導利用者名簿」の記載例

保健指導実施月の翌月5日までに、札幌市国保健康推進担当課へ郵送でご提出ください(FAX不可)。これとは別に、国保連合会への委託料の請求が必要となりますので、ご注意ください。

札幌市国保特定保健指導 利用者名簿

実施年月: 令和6年 8月 実施機関名: 札幌市国保診療所

No	氏名(ふりがな)・生年月日	住所・電話番号	各番号等	保健指導区分・実施形態	支援段階	実施日	備考
1	札幌 太郎 (さっぼろ たろう) 昭和 30 年 1 月 1 日 (69 歳)	〒060-8611 札幌市中央区 北1条西2丁目2-3	利用券番号 240000000000 医療番号 9871234 特定健診受診年月日 R6 年 8月1日	☒ 動機付け ☐ 動機付け支援相当 ☐ 積極的 ☐ 施設利用型 ☒ 初回面接分割型 ☐ 訪問型 初回面接の場合、実施方法(取扱要領 第8-3-1)表中「初回面接」を参照)を選択してください。	☐ 実績評価 ☐ みなし評価 (督促 回) ☐ 途中脱落 ☐ 服薬開始のため 初回面接の場、実績評価予定日 11月15日	月 日 初回面接分割型実施の場合、 1回目 8月1日 2回目 8月10日 初回面接の場、実績評価予定日	
2	国保 花子 (こくほ はなこ) 昭和 39 年 1 月 1 日 (60 歳)	〒060-8611 札幌市中央区 北1条西2丁目2-3	利用券番号 241111111111 医療番号 9876543 特定健診受診年月日 R6 年 4月1日	☐ 動機付け ☒ 動機付け支援相当 ☐ 積極的 ☒ 施設利用型 ☐ 初回面接分割型 ☐ 訪問型 ☐ 運動施設連通型 (積極的支援のみ) みなし評価の場合は、必ず督促回数をご記入ください。	☒ 実績評価 ☐ みなし評価 (督促 回) ☐ 途中脱落 ☐ 服薬開始のため ☐ その他 脱落確定日: 8月 30日	月 日 初回面接分割型実施の場合、 1回目 2回目 初回面接の場、実績評価予定日	
3	健康 次郎 (けんこう じろう) 昭和 40 年 1 月 1 日 (59 歳)	〒060-8611 札幌市中央区 北1条西2丁目2-3	利用券番号 242222222222 医療番号 1234567 特定健診受診年月日 R6 年 5月15日	☒ 動機付け ☐ 動機付け支援相当 ☐ 積極的 ☒ 施設利用型 ☐ 初回面接分割型 ☐ 訪問型 ☐ 運動施設連通型 (積極的支援のみ)	☒ 実績評価 ☒ みなし評価 (督促 3回) ☐ 途中脱落 ☐ 服薬開始のため ☐ その他 脱落確定日: 8月 10日	月 日 初回面接分割型実施の場合、 1回目 2回目 初回面接の場、実績評価予定日	積極的支援で途中脱落の場合は、計画上のプロセス評価ポイント(合計)と、実際に獲得したポイントをご記載ください。
4	運動 好子 (うんどう よしこ) 昭和 45 年 1 月 1 日 (55 歳)	〒060-8611 札幌市中央区 北1条西2丁目2-3	利用券番号 243333333333 医療番号 1234321 特定健診受診年月日 R6 年 4月10日	☐ 動機付け ☐ 動機付け支援相当 ☒ 積極的 ☐ 施設利用型 ☐ 初回面接分割型 ☐ 訪問型 ☒ 運動施設連通型 (積極的支援のみ)	☐ 実績評価 ☐ みなし評価 (督促 回) ☒ 途中脱落 ☒ 服薬開始のため ☐ その他 脱落確定日:R6.8.10	月 日 初回面接分割型実施の場合、 1回目 2回目 初回面接の場、実績評価予定日	R6.8.5〜当診療所にて糖尿病服薬治療開始。本人の希望もあり、途中脱落となる。 計画上のポイント:240p 獲得したポイント:140p

☆「特定保健指導（早期・分割）利用申出書」の記載例

札幌市国保特定保健指導（早期・分割）利用申出書

記載日：令和 6 年 8 月 1 日

札幌市保健福祉局保険医療部国保健康推進担当課

私は、 令和 6 年 8 月 1 日に 札幌市国保診療所 にて受診した特定健診等の結果に基づき、特定保健指導利用券を受け取る前に、同医療機関にて令和 6 年 8 月 1 日に特定保健指導初回面接（早期実施・分割実施）を利用したので、特定保健指導利用券は下記＜送付先＞へ送付してください。

<申込申請者>

氏名 札幌 太郎
生年月日 昭和 30 年 1 月 1 日生（ 60 歳）
健康保険証 記号 チ 番号 987-1234
特定健康診査受診整理番号 24999999999
住所 〒 060-8611
札幌市中央区北 1 条西 2 丁目 2-3

<送付先>

住 所：〒060-8611
札幌市中央区北 1 条西 2 丁目
医療機関名：札幌市国保診療所
電 話：011-211-2887