

## 第八 特定保健指導

### ☆「特定保健指導個人票」（様式D：積極的支援）の記載例

※赤字部分は初回面接の委託料請求時の記載事項、青字部分は実績評価の委託料請求時の記載事項。

実施機関名*	札幌市国保診療所		実施機関コード*	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	*は請求時の必須入力項目	(様式 D)
--------	----------	--	----------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--------------	--------

  

特定保健指導個人票（積極的支援）										被保険者記号*	国札 子	被保険者番号*	9876543
------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	------	---------	---------

  

1 対象者情報*										2 担当者*			
利用券番号	フリガナ	姓	コクホ	名	ハナコ	担当者名	健診 一子	医師	保健師	管理栄養士・看護師			
25111111111	氏名	国保 花子											
利用券有効期限	令和 7 年 8 月 31 日	性別	男・女	生年月日	昭和 39 年 1 月 1 日	年齢	61 歳						
住所	〒 060-8611 札幌市中央区 北1条西2丁目2-3										電話番号	011-211-2887	
特定健診 受診情報	健診受診日 令和 7 年 4 月 1 日	健診時身長 95 cm	健診時体重 62.5 kg (BMI 26)	特定保健指導 実施形態	施設利用型・初回面接分割実施型・運動施設通所型								

  

3 支援計画（予定）* ※総実施時間(往復回数)の欄は、個別、グループ、電話は時間(分)数を、FAX、手紙は1往復を1回として回数を記入。														
支援予定日	R7年 5 月 15 日	R7年 6 月 10 日	R7年 6 月 30 日	R7年 7 月 30 日	R7年 8 月 30 日	年 月 日	R7年 8 月 30 日							
支援段階	初回面接		3か月以上の継続的な支援				実績評価							
支援形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX	<input type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input checked="" type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX	<input checked="" type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX	<input type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input checked="" type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX	<input checked="" type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX	<input type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX	<input checked="" type="checkbox"/> 個別(対面) <input type="checkbox"/> グループ(対面) <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX							
総実施時間 (往復回数)	45 分	10 分( 回)	20 分( 回)	10 分( 回)	30 分( 回)	分( 回)	30 分( 回)							
計画上の 獲得ポイント	プロセス評価(早期介入) p	プロセス評価(継続的な支援) 30 p	プロセス評価(継続的な支援) 70 p	プロセス評価(継続的な支援) 30 p	プロセス評価(継続的な支援) 70 p	プロセス評価(継続的な支援) p	アウトカム評価 70 p							

  

※計画上のポイント(合計)			
プロセス評価		アウトカム評価	
早期介入(初回面接)	継続的な支援	アウトカム評価	合計
0 p	200 p	70 p	270 p

  

4 初回面接による支援			
実施年月日*	令和 7 年 5 月 15 日	実施場所	札幌市国保診療所
支援形態*	<input checked="" type="checkbox"/> 個別支援(対面) <input type="checkbox"/> グループ支援(対面)	早期の 初回面接*	<input checked="" type="checkbox"/> 実施なし <input type="checkbox"/> 健診当日 <input type="checkbox"/> 健診1週間以内
実施時間*	45 分	行動変容ステージ*	
身体状況	腹囲 94.7 cm 体重 62.3 kg (BMI 25.9) 血圧 150 / 90 mmHg	<input type="checkbox"/> 無関心期: 意志なし <input checked="" type="checkbox"/> 関心期: 意志あり(6か月以内) <input type="checkbox"/> 準備期: 意志あり(概ね1か月以内) <input type="checkbox"/> 実行期: 取組済み(6か月未満) <input type="checkbox"/> 維持期: 取組済み(6か月以上)	生活習慣と高血圧、高血糖の関係について説明。 「体重を減らす必要があることはわかったが、気負いすぎずにがんばりたい」とのことで、まずは腹囲-1cm・体重-1kgを目標値とした。 毎日間食と加糖コーヒーを1杯飲む習慣があるが、本人は「これが唯一の楽しみ。この習慣だけは譲れない」と話す。 一方、運動については「基本的に車移動で、歩かない。今は忙しくて定期的な運動もしていないが、昔から水泳が好きなので、またやりたい」と思っているとのことで、運動習慣の定着を行動目標とした。 また、喫煙習慣もあるが、本人は「いつかは禁煙しなきゃと思っていた。これを機に、ちゃんと禁煙に取り組みたい」と話し、禁煙も行動目標とした。禁煙に向けては、吸いたくなったらガムを噛むことを行動計画とした。
実施者*	健診 一子 ( 医師・保健師 管理栄養士・看護師 )		

  

5 目標設定			
目標値	初回面接での設定*		再設定 (令和 7 年 6 月 30 日)
	腹囲*	94 cm (健診から 1.0 cm減)	93 cm (健診から 2.0 cm減)
	体重*	61.5 kg (健診から 1.0 kg減)	60.5 kg (健診から 2.0 kg減)
	血圧	収縮期 140 / 拡張期 85 mmHg	収縮期 140 / 拡張期 85 mmHg
	1日の削減目標 エネルギー量*	80 kcal	160 kcal
行動目標 (行動変容の目標)	運動による削減 ( 80 kcal) 食事による削減 ( 0 kcal)		運動による削減 ( 80 kcal) 食事による削減 ( 80 kcal)
	食習慣の改善*	<input type="checkbox"/> 設定あり <input checked="" type="checkbox"/> 設定なし	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり (①加糖コーヒーは2日に1回に減らす。 ②1日の間食は100kcal以内にする。)
	運動習慣の改善*	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり (①週1回、市民プールで30分水泳する。 ②車での移動時間のうち、20分を徒歩での移動にする。)	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり (①週1回、市民プールで30分水泳する。 ②車での移動時間のうち、20分を徒歩での移動にする。)
	喫煙習慣の改善*	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり (たばこを吸わない。)	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり (たばこを吸わない。)
	休養習慣の改善*	<input type="checkbox"/> 設定あり <input checked="" type="checkbox"/> 設定なし	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり
その他の生活習慣の改善*	<input type="checkbox"/> 設定あり <input checked="" type="checkbox"/> 設定なし	<input checked="" type="checkbox"/> 設定あり	保健指導の目標として、禁煙の他に、減煙や加熱式たばこへの移行等の目標設定が考えられますが、ポイントの算定対象となるのは、加熱式たばこを含むすべて喫煙をやめられたときのみとなります。

## 第八 特定保健指導

3か月以上の継続的な支援										
実施年月日*		実施者*	支援形態*	改善状況				保健指導実施内容	獲得ポイント*	
				身体状況		生活習慣*				
1	R7.6.10	健診 一子	<input type="checkbox"/> 個別(対面) ( 分)	腹囲*	95	cm	腹囲・体重の改善	<input type="checkbox"/> 食習慣の改善	運動習慣の行動目標は順調に取り組めている。 禁煙については、6本/日→4本/日に減らせたとのこと。	30
			<input type="checkbox"/> グループ(対面) ( 分)	体重*	62	kg	<input checked="" type="checkbox"/> 未達成	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善		
			<input checked="" type="checkbox"/> 医師 <input checked="" type="checkbox"/> 保健師	<input checked="" type="checkbox"/> 電話 ( 15 分)		<input type="checkbox"/> -1cm・-1kg	<input type="checkbox"/> 喫煙習慣の改善			
			<input type="checkbox"/> 管理栄養士	<input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX ( 往復)		<input type="checkbox"/> -2cm・-2kg	<input type="checkbox"/> 休養習慣の改善			
<input type="checkbox"/> 中間評価		<input type="checkbox"/> その他		BMI	25.8	血圧	145/88 mmHg	<input type="checkbox"/> その他の生活習慣の改善		
2	R7.6.30	健診 一子	<input checked="" type="checkbox"/> 個別(対面) ( 30 分)	腹囲*	94	cm	腹囲・体重の改善*	<input type="checkbox"/> 食習慣の改善	運動継続中。禁煙については4本/日のまま。禁煙方法について助言。「間食についても何か取り組みそう」との話あり。新たに目標設定し、空腹感を低減する方法について助言。腹囲・体重も「思ったより減ったので、もう少しがんばりたい」とのこと。再設定。	70
			<input type="checkbox"/> グループ(対面) ( 分)	体重*	61.3	kg	<input checked="" type="checkbox"/> 未達成	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善		
			<input checked="" type="checkbox"/> 医師 <input checked="" type="checkbox"/> 保健師	<input type="checkbox"/> 電話 ( 分)		<input type="checkbox"/> -1cm・-1kg	<input type="checkbox"/> 喫煙習慣の改善			
			<input type="checkbox"/> 管理栄養士	<input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX ( 往復)		<input type="checkbox"/> -2cm・-2kg	<input type="checkbox"/> 休養習慣の改善			
<input checked="" type="checkbox"/> 中間評価		<input type="checkbox"/> その他		BMI	25.5	血圧	140/90 mmHg	<input type="checkbox"/> その他の生活習慣の改善		
3	R7.7.30	健診 一子	<input type="checkbox"/> 個別(対面) ( 分)	腹囲*	93.5	cm	腹囲・体重の改善*	<input checked="" type="checkbox"/> 食習慣の改善	運動継続中。食習慣については、「はじめは辛かったが、少し慣れた」と話し、目標通り取り組んでいる。禁煙については、「何とか頑張って3本にはできた」とのこと。禁煙外来についても情報提供した。	30
			<input type="checkbox"/> グループ(対面) ( 分)	体重*	61	kg	<input checked="" type="checkbox"/> 未達成	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善		
			<input checked="" type="checkbox"/> 医師 <input checked="" type="checkbox"/> 保健師	<input checked="" type="checkbox"/> 電話 ( 15 分)		<input type="checkbox"/> -1cm・-1kg	<input type="checkbox"/> 喫煙習慣の改善			
			<input type="checkbox"/> 管理栄養士	<input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX ( 往復)		<input type="checkbox"/> -2cm・-2kg	<input type="checkbox"/> 休養習慣の改善			
<input type="checkbox"/> 中間評価		<input type="checkbox"/> その他		BMI	25.4	血圧	142/88 mmHg	<input type="checkbox"/> その他の生活習慣の改善		
4		健診 一子	<input type="checkbox"/> 個別(対面) ( 分)	腹囲*		cm	腹囲・体重の改善*	<input checked="" type="checkbox"/> 食習慣の改善	食習慣・運動習慣ともに目標を2つずつ設定しており、すべて達成していますが、行動変容別に1回までの評価となるため、行動変容のアウトカム評価は「食習慣(①と②)20p+運動習慣(①と②)20p=合計40p」となります。なお、喫煙習慣について、減煙はできましたが、ポイント算定条件である禁煙は未達成のため、ポイント算定されません。「アウトカム評価ポイント」欄は、この40pに、腹囲・体重の改善(-1cm・-1kg)による20pを加え、60pとなっています。	
			<input type="checkbox"/> グループ(対面) ( 分)	体重*		kg	<input type="checkbox"/> 未達成	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善		
			<input type="checkbox"/> 医師 <input type="checkbox"/> 保健師	<input type="checkbox"/> 電話 ( 分)		<input type="checkbox"/> -1cm・-1kg	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善			
			<input type="checkbox"/> 管理栄養士	<input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX ( 往復)		<input type="checkbox"/> -2cm・-2kg	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善			
<input type="checkbox"/> 中間評価		<input type="checkbox"/> その他		BMI		血圧	/ mmHg	<input type="checkbox"/> その他の生活習慣の改善		
5		健診 一子	<input type="checkbox"/> 個別(対面) ( 分)	腹囲*		cm	腹囲・体重の改善	<input checked="" type="checkbox"/> 食習慣の改善	6/30に中間評価を実施し、目標を再設定しているため、6/30から生活習慣の改善が2か月以上継続できているかどうかを評価する必要があります。そのため、8/30以降に実績評価を実施しています。	
			<input type="checkbox"/> グループ(対面) ( 分)	体重*		kg	<input type="checkbox"/> 未達成	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善		
			<input type="checkbox"/> 医師 <input type="checkbox"/> 保健師	<input type="checkbox"/> 電話 ( 分)		<input type="checkbox"/> -1cm・-5kg	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善			
			<input type="checkbox"/> 管理栄養士	<input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX ( 往復)		<input type="checkbox"/> -2cm・-6kg	<input checked="" type="checkbox"/> 運動習慣の改善			
<input type="checkbox"/> 中間評価		<input type="checkbox"/> その他		BMI		血圧	/ mmHg	<input type="checkbox"/> その他の生活習慣の改善		

食習慣・運動習慣ともに目標を2つずつ設定しており、すべて達成していますが、行動変容別に1回までの評価となるため、行動変容のアウトカム評価は「食習慣(①と②)20p+運動習慣(①と②)20p=合計40p」となります。なお、喫煙習慣について、減煙はできましたが、ポイント算定条件である禁煙は未達成のため、ポイント算定されません。「アウトカム評価ポイント」欄は、この40pに、腹囲・体重の改善(-1cm・-1kg)による20pを加え、60pとなっています。

7 実績評価											
実施年月日*		令和 7年 8月 30日			改善状況						
実施場所		札幌市国保診療所			身体状況			生活習慣*			
支援形態*	<input checked="" type="checkbox"/> 個別(対面) ( 30分)	腹囲* 93.5 cm 体重* 60.2 kg BMI 25.1	健診時から + 1.5 cm 健診時から + 2.3 kg 血圧 138 / 82 mmHg	腹囲・体重の改善*		食習慣の改善 <input type="checkbox"/> 未達成 <input checked="" type="checkbox"/> 達成 <input type="checkbox"/> 目標なし					
	<input type="checkbox"/> グループ(対面) ( 分)			<input type="checkbox"/> 未達成		運動習慣の改善 <input type="checkbox"/> 未達成 <input checked="" type="checkbox"/> 達成 <input type="checkbox"/> 目標なし					
	<input type="checkbox"/> 電話 ( 分)			<input checked="" type="checkbox"/> -1cm・-1kg		喫煙習慣の改善 <input checked="" type="checkbox"/> 禁煙未達成 <input type="checkbox"/> 禁煙達成 <input type="checkbox"/> 非喫煙 <input type="checkbox"/> 禁煙目標なし					
	<input type="checkbox"/> 手紙・メール・FAX ( 往復)			<input type="checkbox"/> -2cm・-2kg		休養習慣の改善 <input type="checkbox"/> 未達成 <input type="checkbox"/> 達成 <input checked="" type="checkbox"/> 目標なし					
				その他の生活習慣の改善 <input type="checkbox"/> 未達成 <input type="checkbox"/> 達成 <input checked="" type="checkbox"/> 目標なし							
継続的な支援の最終回との同時実施*		<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (今回獲得したプロセス評価ポイント 70 p)			アウトカム評価ポイント*		60 p				
保健指導実施内容		本人から確認した取組状況は以下のとおり。 食習慣：目標どおり取り組めている。 運動習慣：目標どおり取り組めている。やはり体を動かすことが好きなので、今後はスポーツクラブにも通おうかと検討している。 喫煙：頑張ったが、3本/日が限界だった。禁煙外来を予約しており、2週間後に初診予定。 →腹囲・体重が減少したことを賞賛。今回の行動目標を引き続き継続することを促し、次年度の健診結果で成果を確認することとした。				実績評価ができない場合の合計確認(督促)回数※				回	
						評価実施者*		健診 一子 ( 医師・保健師・管理栄養士・看護師 )			

※対象者から評価データが得られないために実績評価が完了できない場合は確認(督促)回数を記入。その場合、実施年月日は最終の確認を行った日付とする。

### 8 評価合計ポイント(プロセス評価+アウトカム評価)\*

プロセス評価		アウトカム評価	合計
早期介入(初回面接)	継続的な支援		
0 p	200 p	60 p	260 p

### 決済情報請求区分

契約単価区分		契約単価	契約単価区分		契約単価
初回	1 施設利用型	11,324円	評価	1 施設利用型	16,987円
	2 初回面接分割型	11,654円		2 初回面接分割型	17,482円
	3 運動施設通所型	12,673円		3 運動施設通所型	19,009円
途中脱落	1 施設利用型	28,311円×0.5×実施ポイント/計画上ポイント=	円		
	2 初回面接分割型	29,136円×0.5×実施ポイント/計画上ポイント=	円		
	3 運動施設通所型	31,682円×0.5×実施ポイント/計画上ポイント=	円		

### 9 終了\*

終了	<input checked="" type="checkbox"/> 完了	令和 7年 8月 30日
	<input type="checkbox"/> 資格喪失	
	<input type="checkbox"/> 途中脱落	
	理由:	

### ※参考 ポイント算定要件

#### プロセス評価

算定要件		ポイント
	最低限の介入量	
継続的な支援	個別支援	10分 70p/1回
	グループ支援	40分 70p/2回
	電話	5分 30p/1回
	電子メール等	— 30p/1往復
早期介入	健診当日の初回面接	— 20p
	健診後1週間以内の初回面接	— 10p

#### 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
当該年度の特健健診の結果に比べて腹囲2.0cm以上かつ体重2.0kg以上減少		180p
当該年度の特健健診の結果に比べて腹囲1.0cm以上かつ体重1.0kg以上減少		20p
行動変容 ※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	20p
	運動習慣の改善	20p
	喫煙習慣の改善	30p
	休養習慣の改善	20p
	その他の生活習慣の改善	20p

## 第八 特定保健指導

### (3) 保健指導結果等の変更

国保連合会で支払決定された保健指導結果・請求データについて、過誤調整が必要な場合は、必ず札幌市国保健康推進担当課に連絡してください。

それ以外の電磁的記録の取り下げは、国保連合会の処理状況により異なりますので、個別に対応することになります。

札幌市の指定する事務代行機関に提出した場合は、まず、事務代行機関に処理状況を確認し、国保連合会提出前であれば、事務代行機関と調整してください。

### (4) その他

ア 初回面接分割実施を行った場合で、利用者に分割実施として行う旨を説明し了承が得られたにもかかわらず、初回面接2回目の際に利用者と連絡が取れない等の理由で3か月経過しても初回面接2回目を実施できない場合は、度重なる督促等の実施記録をもって代えられることとしますので、札幌市国保健康推進担当課までご連絡下さい。なお、不在など連絡がとれない場合の確認回数は3回以上とします。

この場合、初回面接終了後に脱落した扱いとなるため、実績評価及び積極的支援の場合の継続支援は実施しません。

イ 利用券に印字されている保健指導区分が「動機付け支援相当」となっているが、実際の支援は「積極的支援」を実施した場合は、早急に札幌市国保健康推進担当課へご報告ください。

ウ 積極的支援で、初回面接実施後に途中脱落した場合は、計画上ポイント数（初回面接時に立案した支援計画に基づく、獲得予定ポイントの合計）に対する実施済ポイント数（脱落確定時点において獲得済のポイント）の割合に応じて委託料を支払います。ポイントの集計時の考え方は、以下のとおりです。

		計画上ポイント	実施済ポイント
プロセス評価	①継続的な支援の支援形態・介入量に応じて算定されるポイント（個別支援10分/回で70ポイント、等）	○	△ (脱落確定時点で実施済の分のみ)
	②健診当日から1週間後までの初回面接（早期介入）によるポイント ※ 初回面接通常実施の場合は算定されません。	○	○ (初回面接実施時点で獲得済)
③アウトカム評価ポイント		○	× (実績評価時に獲得できるため、脱落＝実績評価未実施の場合は獲得できない)

※ 健診当日から1週間後までに初回面接を実施し、その後継続的な支援及び実績評価を実施できなかった場合（初回面接のみで支援が終了し、実施済ポイントとして①を計上できないが、初回面接の実施を以て②のみ実施済ポイントに計上できる場合）も、途中脱落として委託料をお支払いいたします。ただし、上記4(4)アに該当する場合を除きます。

## 5 利用資格がなかった場合の取扱い

- (1) 利用券と保険証等の確認を行わず、その結果、被保険者資格がない、利用券の有効期限が切れているなど、利用資格がなかった場合には、特定保健指導委託料をお支払いできません。

初回面接時だけでなく、継続支援・最終評価の支援前にも利用資格の確認をお願いいたします。

- (2) 利用券と保険証等を確認したにもかかわらず、被保険者資格喪失後の利用等の理由で、国保連合会から保健指導費用の支払いを受けられない場合は、札幌市国保健康推進担当課へご連絡ください。状況により、委託料を札幌市国保から直接お支払いできる場合があります（直接請求）。

なお、この場合は、別に請求書及び保健指導記録等を札幌市国保健康推進担当課へ提出していただくことになります。請求書は、札幌市国保健康推進担当課よりお送りいたします。

※ 初回面接実施時点で74歳9か月以上の場合（初回面接実施時点で、実績評価時には75歳であり国保資格を喪失していることが判明していた場合）は、実績評価分の委託料はお支払いできませんので、ご注意ください。

## 6 会議等への参加協力

特定保健指導実施機関は、事業の円滑な進行のための調査協力や、必要に応じて招集する各種会議等に参加することとします。

## 7 研修

特定保健指導実施機関は、保健指導を実施するにあたり、最新の知見・情報に基づいた支援のための材料、学習教材等を随時取り入れていくことが必要なことから、定期的な情報収集や研修によるスキルアップの向上に努めるものとし、国、地方公共団体、医療保険者、日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会等が実施する一定の研修を積極的に受講することとします。

## 8 変更事項の届出

- (1) 「特定健診・特定保健指導機関届」（社会保険診療報酬支払基金）、「特定健診等費用の請求及び受領に関する届」（国保連合会）に変更事項がある場合は、速やかにそれぞれの機関へ届出を行ってください。

- (2) 特定保健指導実施医療機関が特定保健指導の受託を撤回するとき（1年以内に再開の目途がない場合）は、札幌市医師会に届け出るものとします。

特定保健指導の受付を一時的に休止するとき（1年以内に再開の目途がある場合）や、特定保健指導の受託内容（動機付け支援/積極的支援、施設利用型/初回面接分割型/運動施設通所型）を変更するとき、並びに特定保健指導実施期間一覧（保