

## 第八 特定保健指導

健センターから対象者に利用券と併せて送付、特定保健指導実施日時等を掲載)の内容を変更するときは、札幌市国保健康推進担当課へご連絡ください。

なお、特定保健指導は3か月以上の指導を以て完結するプログラムであることを鑑み、一時休止もしくは撤回を検討する場合は、3か月以上の余裕をもって札幌市国保健康推進担当課へ相談すること。

- (3) 事務代行機関利用区分の変更、名称や所在地の変更等の場合は、134～135ページの様式により札幌市国保健康推進担当課に届け出るものとします。

## 9 委託基準の遵守

平成25年厚生労働省告示第92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十六号第一項の規定の基づき厚生労働大臣が定める者」(74～79ページ)、及び令和5年3月31日付け厚生労働省健康局長・保険局長連名通知「令和6年度以降における特定健康診査及び特定保健指導の実施並びに健診実施機関等により作成された記録の取扱いについて」(80～85ページ)を遵守するものとします。

## 10 その他

特定保健指導の実施にあたり、特定保健指導実施機関が健診実施機関に医学的確認を行う際は、あらかじめ利用者の同意を得た上で、とくとかく健診実施機関へ電話等によりご照会ください。

## 【参考4】

### 特定保健指導プログラムの基本的なパターン

#### 【留意事項】

●札幌市国保の特定健診・特定保健指導は、厚生労働省保険局の「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）」に準拠して実施します。

●「一定の保健指導実務経験のある看護師」とあるのは、平成20年4月現在において1年以上（必ずしも継続した1年間である必要はない。）、保険者が保健事業として実施する生活習慣病予防に関する相談及び教育の業務、又は事業主が労働者に対して実施する生活習慣病予防に関する相談及び教育の業務に従事した経験を有する看護師を指します。詳細は、「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）」「2-9-1実施者」をご参照ください。

●「実践的指導者」とあるのは、「令和6年度以降における特定健康診査及び特定保健指導の実施並びに健診実施機関等により作成された記録の取扱について（令和5年3月31日 健発0331第4号、保発0331第6号）」に示される「食生活の改善指導又は運動指導に関する専門的知識及び技術を有すると認められる者」を指します。

●積極的支援については、ポイント制となっており、アウトカム評価とプロセス評価を合計して180ポイント以上の支援を実施することが最低条件となっています。ここに示す基本的なパターンは、プロセス評価のみで180ポイントを達成できるものとなっています。

●積極的支援において、支援計画に位置付けた実績評価時にアウトカム評価とプロセス評価の合計が180ポイントを達成していない場合は、追加支援として面接・電話・通信等による支援を行うことで、アウトカム評価及びプロセス評価ポイントを追加獲得することは差し支えありません。この場合、支援計画に位置付けていた実績評価が「3か月以上の継続的な支援」、最後に行った追加支援が「実績評価」の位置づけとなります。

●積極的支援におけるポイント算定要件は、p59～60をご参照ください。なお、動機付け支援はポイント制ではありません。

※厚生労働省の各種通知等は、厚生労働省ホームページ「特定健診・特定保健指導について」  
(<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000161103.html>) 内に掲載されています。

#### 1 動機付け支援

##### ① 施設利用型の場合 【初回面接：通常実施・早期実施】

支援段階	初回面接	実績評価
実施時期	通常実施：利用申込受付から概ね2週間以内 早期実施：健診結果判明後から利用券発行までの間	初回面接から3か月以上経過後
支援形態	個別支援20分以上 or グループ支援80分以上	面接 or 通信（電話、電子メール、手紙、FAX等）
支援内容	◆支援計画の作成 ・アセスメント（情報収集・判断） ・生活習慣病の理解の促進、生活習慣改善の動機付け ・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	◆保健指導効果の評価 ・目標の達成状況 ・身体状況及び生活習慣の変化 ・評価結果の提供
支援実施者	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師	

##### ② 初回面接分割型の場合

支援段階	初回面接1回目	初回面接2回目	実績評価
実施時期	健診受診日から1週間以内	初回面接1回目から遅くとも3か月以内	初回面接2回目から3か月以上経過後
支援形態	個別支援20分以上 or グループ支援80分以上 1回目と2回目を合計して 個別支援20分以上 or グループ支援80分以上	電話等	面接 or 通信（電話、電子メール、手紙、FAX等）
支援内容	◆支援計画の作成 ・アセスメント（情報収集・判断） ・生活習慣病の理解の促進、生活習慣改善の動機付け ・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 ※1回目では腹囲・体重、血圧、喫煙等の状況からアセスメントし、暫定的な支援計画を作成する。2回目ではすべての検査結果がそろった後に、支援計画を完成させる。	◆保健指導効果の評価 ・目標の達成状況 ・身体状況及び生活習慣の変化 ・評価結果の提供	
支援実施者	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師		

## 第八 特定保健指導

### 2 積極的支援

#### ① 施設利用型の場合 【初回面接：通常実施・早期実施】

支援段階	初回面接	3か月以上の継続的な支援（例）				実績評価
実施時期	通常実施：利用申込受付から概ね2週間以内 早期実施：健診結果判明後から利用券発行までの間	初回面接から実績評価までの期間				初回面接から3か月以上経過後
支援形態	個別支援20分以上 or グループ支援80分以上	電話 5分以上	個別支援 10分以上	電話 5分以上	個別支援 10分以上	面接 or 通信（電話、電子メール、手紙、FAX等）
獲得ポイント	健診受診後1週間以上経過後に実施した場合：0 p ※初回面接はポイント算定の対象外	30 p <30 p>	70 p <100 p>	30 p <130 p>	70 p <200 p>	－ ※実績評価はポイント算定の対象外だが、3か月以上の継続的な支援の最終回とともに実施することも可能。
＜累計ポイント＞	健診当日に実施した場合：20 p 健診後1週間以内に実施した場合：10 p	<50 p>	<120 p>	<150 p>	<220 p>	
支援内容	◆支援計画の作成 ・アセスメント（情報収集・判断） ・生活習慣病の理解の促進、生活習慣改善の動機付け ・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	◆取組状況の確認と再アセスメント ・生活習慣改善に向けた取組状況の確認と改善に必要な指導 ・必要に応じて再アセスメント、目標設定の見直し				◆保健指導効果の評価 ・目標の達成状況 ・身体状況及び生活習慣の変化 ・評価結果の提供
支援実施者	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師、実践的指導者				医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師

#### ② 初回面接分割型の場合

支援段階	初回面接1回目	初回面接2回目	3か月以上の継続的な支援（例）				実績評価
実施時期	健診受診から1週間以内	初回面接1回目から遅くとも3か月以内	初回面接から実績評価までの期間				初回面接から3か月以上経過後
支援形態	個別支援20分以上 or グループ支援80分以上	電話等	電話 5分以上	個別支援 10分以上	電話 5分以上	個別支援 10分以上	面接 or 通信（電話、電子メール、手紙、FAX等）
	1回目と2回目を合計して 個別支援20分以上 or グループ支援80分以上						
獲得ポイント	1回目を健診当日に実施した場合：20 p		30 p <50 p>	70 p <120 p>	30 p <150 p>	70 p <220 p>	－ ※実績評価はポイント算定の対象外だが、3か月以上の継続的な支援の最終回とともに実施することも可能。
＜累計ポイント＞	1回目を健診後1週間以内に実施した場合：10 p		<40 p>	<110 p>	<140 p>	<210 p>	
支援内容	◆支援計画の作成 ・アセスメント（情報収集・判断） ・生活習慣病の理解の促進、生活習慣改善の動機付け ・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 ※1回目では腹囲・体重、血圧、喫煙等の状況からアセスメントし、暫定的な支援計画を作成する。2回目ではすべての検査結果がそろった後に、支援計画を完成させる。		◆取組状況の確認と再アセスメント ・生活習慣改善に向けた取組状況の確認と改善に必要な指導 ・必要に応じて再アセスメント、目標設定の見直し				◆保健指導効果の評価 ・目標の達成状況 ・身体状況及び生活習慣の変化 ・評価結果の提供
支援実施者	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師		医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師、実践的指導者				医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師

#### ③ 運動施設通所型の場合 ※原則、このパターンと同程度の内容とする。

支援段階	初回面接	3か月以上の継続的な支援				実績評価
実施時期	利用申込受付から概ね2週間以内	初回面接から実績評価までの期間				初回面接から3か月以上経過後
実施形態	個別支援45分以上 or グループ支援80分以上	個別支援40分以上	個別支援10分以上	電話支援5分以上 or メール1往復以上	個別支援10分以上	面接 or 通信（電話、電子メール、FAX、手紙等）
獲得ポイント	－ ※初回面接はポイント算定の対象外	70 p <70 p>	70 p <140 p>	30 p <170 p>	70 p <240 p>	－ ※実績評価はポイント算定の対象外だが、3か月以上の継続的な支援の最終回とともに実施することも可能。
＜累計ポイント＞						
支援内容	◆支援計画の作成 ・アセスメント（情報収集・判断） ・生活習慣病の理解の促進、生活習慣改善の動機付け ・目標値（腹囲・体重等）及び生活習慣病予防につながる行動目標等の設定（必ず、運動に関する行動目標を盛り込むこと）	◆運動指導 初回面接にて作成した支援計画に基づき、運動メニューを作成する。 運動の強度・時間・回数・フォーム等について、実践的指導を行う。	◆運動指導 運動メニューに基づき、実際に運動しながら、運動の強度・時間・回数・フォーム等について実践的指導を行う。	◆中間評価 支援計画に基づき、食事・運動等の状況を確認し、支援を行う。	◆運動指導 運動メニューに基づき、実際に運動しながら、運動の強度・時間・回数・フォーム等について実践的指導を行う。	◆保健指導効果の評価 ・目標の達成状況 ・身体状況及び生活習慣の変化 ・評価結果の提供
支援実施者	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師	運動実践的指導者*	運動実践的指導者*	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師	運動実践的指導者*	医師、保健師、管理栄養士、一定の保健指導実務経験のある看護師

\*運動施設通所型における「運動実践的指導者」とは、

①健康運動指導士

②医師、歯科医師、保健師、助産師、看護師、准看護師、管理栄養士、理学療法士、薬剤師のいずれかであって、実践的指導実施者告示（平成20年厚生労働省告示第10号）別表2に定めるもの以上である運動指導担当者研修を受講した者のいずれかを指す。

## 第八 特定保健指導

### 【参考5】 特定保健指導の実施と報告・請求の流れ(A 月に初回面接、A+3 月に実績評価を実施した場合)

