

運動施設通所型のプログラム基準

※原則、以下に示すプログラム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 ＜累計ポイント＞	－ ※初回面接はポイント算定の対象外	70p ＜70p＞	70p ＜140p＞	30p ＜170p＞	70p ＜240p＞	－ ※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。
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。