

令和5年度 新見市特定保健指導実施要領

1 実施機関

新見市との間に締結する令和5年度特定健康診査等の実施に係る委託契約に基づき、新見市の委託を受けた特定保健指導実施機関において特定保健指導を実施する。

2 対象者

新見市国民健康保険被保険者で、特定健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者。
 ※特定健康診査の結果、腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上、又はBMI 25以上の者のうち、血糖（空腹時血糖100mg/dl以上、またはHbA1c5.6%以上）・脂質（中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満）・血圧（収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上）に該当し、糖尿病、高血圧、脂質異常症の治療に係る薬剤の服用をしている者を除いた者。

【図表 a：対象者の階層化】

腹 囲	追加リスク		④喫煙歴	対 象	
	①血糖	②脂質		③血圧	40～64歳
男性85cm以上 女性90cm以上	2つ以上該当		—	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当		あり	動機付け支援相当	
			なし		
上記以外で BMI 25以上	3つ該当		—	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当		あり	動機付け支援相当	
			なし		
	1つ該当		—		

- * 糖尿病、高血圧、脂質異常症の治療中（薬剤服用）者は対象としない。
- * 動機付け支援相当は、2年連続して積極的支援に該当した者のうち、1年目に比べ2年目の状態が改善している者について、2年目の特定保健指導は動機付け支援相当（初回面接と実績評価は必須）の支援を実施すること。

3 実施者

医師、保健師又は管理栄養士の面接による指導の下に行動計画を作成し、医師、保健師、管理栄養士又は食生活の改善指導若しく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として厚生労働大臣が定める者が、生活習慣の改善のための取組に係る支援を行う。初回面接を行った者と評価の実施者は同一の者とするを原則とするが、同一機関内であって、組織として統一的な実施計画及び報告書を用いるなど、保健指導実施者間で十分な情報共有がなされているならば、初回面接を行った者以外の者が評価を実施しても差し支えない。

また、業務に付随する事務の管理を行う常勤の管理者を置くこと。

【図表 b：特定保健指導の実施可能者】保健指導事業

	保健指導事業 の統括者	動機付け支援 動機付け支援相当		積極的支援
		初回面接、計画作成、評価		3か月以上の継続的な支援
専門的知識及び 技術を有する者	医師	◎常勤	◎	◎
	保健師	◎常勤	◎	◎
	管理栄養士	◎常勤	◎	◎
	1)看護師(一定の保健指導の実務経験のある者) *2023年度まで	—	◎	◎
専門的式及び技術を有すると認められる者	—	—	◎	

*1) が保健指導業務に従事する予定がある場合には、新見市に対し「実務経験証明書」を提出すること

4 実施期間

指導の終了（実績評価を行うまで。完了のみならず、脱落や資格喪失による途中終了も含む）する日までの期間。

5 実施内容

5-1 動機付け支援・動機付け支援相当

(1)対象者

【図表 a : 対象者の階層化】のとおり。

(2)内容

①期間・頻度

面接による支援のみの原則1回とするが、完了までの期間としては、行動計画を作成する面接時から3か月経過後に実績評価を行うことから、約3か月となる。

②内容・形態

生活習慣の改善すべき点等を自覚し、自ら目標を設定し行動に移すことができる内容とする。健診結果、喫煙習慣、運動習慣、食習慣、休養習慣等の状況に関する調査結果を踏まえ、面接による支援及び実績評価（3か月後）を行う。

③面接支援の具体的内容

1人当たり20分以上の個別支援、又は1グループ（おおむね8人以下）当たりおおむね80分以上のグループ支援。

【面接支援の具体的内容】

- 生活習慣と健診結果との関係の理解、生活習慣を振り返ること、メタボリックシンドロームや生活習慣病に関する知識の習得及びそれらが対象者本人の生活に及ぼす影響の認識等から、生活習慣の改善の必要性について説明すること。
- 生活習慣を改善する場合の利点及び改善しない場合の不利益について説明すること。
- 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こと。
- 対象者の行動目標や実績評価の時期の設定について支援するとともに、生活習慣を改善するために必要な社会資源を紹介し、有効に活用できるように支援すること。
- 体重及び腹囲の測定方法について説明すること。
- 対象者に対する面接による指導の下に、行動目標及び行動計画を作成すること。

④実績評価

面接または通信（メール、電話、FAX、手紙等）を利用して実施。

対象者への一方的ではなく、双方向のやりとりを行い、評価に必要な情報を得ること。

【実績評価の内容】

- 実績評価は、対象者に対する特定保健指導の効果について評価するものである。
- 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評価を行うこと。
- 必要に応じて行動計画策定日から3か月経過する前に評価時期を設定して対象者自ら評価するとともに、行動計画策定日から3か月以上経過後に医師、保健師又は管理栄養士による評価を行い、評価結果について対象者に提供すること。

5-2 積極的支援

(1)対象者

【図表 a : 対象者の階層化】のとおり。

(2)内容

①期間・頻度

初回時に面接による支援を行い、その後3か月以上の継続的な支援を行う。完了までの期間としては、行動計画を作成する初回時面接から3か月以上経過後に実績評価を行うことから、約3か月となる。

②支援のポイント

【支援のポイント】

- 対象者が自らの健康状態、生活習慣の改善すべき点等を自覚し、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すること。
- 健診結果及び食習慣、運動習慣、喫煙習慣、休養習慣その他の生活習慣の状況に関する調査の結果を踏まえ、対象者の生活習慣や行動変容の状況を把握し、当該年度及び過去の健診結果を踏まえ、対象者自らの身体状況の変化を理解できるよう促すこと。
- 対象者の健康に関する考え方を受け止め、対象者が考える将来の生活像を明確にした上で、行動変容の必要性を実感できるよう働きかけを行い、具体的に実践可能な行動目標を対象者が選択できるよう支援すること。

- ・対象者が具体的に実践可能な行動目標について、優先順位を付けながら、対象者と一緒に考え、対象者自身が選択できるよう支援すること。
- ・医師、保健師又は管理栄養士は、対象者が行動目標を達成するために必要な特定保健指導支援計画を作成し、対象者の生活習慣や行動の変化の状況を把握及びその評価、当該評価に基づいた特定保健指導支援計画の変更等を行うこと。
- ・対象者が行動を継続できるように定期的に支援すること。
- ・支援を終了するときには、対象者が生活習慣の改善が図られた後の行動を継続するよう意識付けを行う必要がある。

③面接支援の具体的内容

1人当たり20分以上の個別支援、又は1グループ（おおむね8人以下）当たりおおむね80分以上のグループ支援。内容は、動機付け支援【面接支援の具体的内容】と同様。

④3か月以上の継続的支援の具体的内容

ポイント制に基づき、支援A方法のみで180ポイント以上、または、支援A方法（最低160ポイント以上）と支援B方法の合計で180ポイント以上の支援を実施すること。

【図表c：3か月以上の継続的な支援のポイント構成】

支援A	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・対象者の過去の生活習慣及び行動計画の実施状況を踏まえ、対象者の必要性に応じた支援をすること。 ・食事、運動等の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こと。 ・進捗状況に関する評価として、対象者が実践している取組内容及びその結果についての評価を行い、必要があると認めるときは、行動目標及び行動計画の再設定を行うこと。 ・行動計画の実施状況について記載したものの提出を受け、それらの記載に基づいて支援を行うこと。 		
	支援形態	<ul style="list-style-type: none"> ・個別、グループ、電話、メール、FAX、手紙等のいずれか、もしくは組み合わせて行う。 		
	ポイント算定要件	個別支援	<ul style="list-style-type: none"> ・5分間を1単位＝20ポイント ・1回当たり最低10分間以上 ・1回当たり算定上限120ポイント（30分以上でも） 	
		グループ支援	<ul style="list-style-type: none"> ・10分間を1単位＝10ポイント ・1回当たり最低40分間以上 ・1回当たり算定上限120ポイント（120分以上でも） 	
電話支援		<ul style="list-style-type: none"> ・5分間を1単位＝15ポイント ・1回当たり最低5分間以上 ・1回当たり算定上限60ポイント（20分以上でも） 		
メール支援		<ul style="list-style-type: none"> ・1往復^{*1}を1単位＝40ポイント 		
支援B	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・初回面接の際に作成した行動計画の実施状況を確認し、行動計画に掲げた取組を維持するために励ましや賞賛を行うこと。 		
	支援形態	<ul style="list-style-type: none"> ・個別、電話、メール、FAX、手紙等のいずれか、もしくは組み合わせて行う。 		
	ポイント算定要件	個別支援	<ul style="list-style-type: none"> ・5分間を1単位＝10ポイント ・1回当たり最低5分間以上 ・1回当たり算定上限20ポイント（10分以上でも） 	
		電話支援	<ul style="list-style-type: none"> ・5分間を1単位＝10ポイント ・1回当たり最低5分間以上 ・1回当たり算定上限20ポイント（10分以上でも） 	
メール支援		<ul style="list-style-type: none"> ・1往復^{*1}を1単位＝5ポイント 		

^{*1} 1往復＝対象者と支援に必要な情報の共有を図ることにより支援を完了したと実施者が判断するまで、メール・FAX・手紙等を通じて支援に必要な情報のやりとりを行うこと。

⑤実績評価

面接または通信（メール、電話、FAX、手紙等）を利用して実施。

対象者への一方的ではなく、双方向のやりとりを行い、評価に必要な情報を得ること。また、継続的な支援の最終回と一体のものとして実施しても構わない。

内容は、動機付け支援・動機付け支援相当【実績評価の内容】と同様。

6 支援計画・実施報告書

初回時面接で、行動目標、行動計画を設定し対象者が継続できるよう、必要な支援等の内容をとりまとめ

た支援計画を作成する。また、指導期間中の対象者個人の保健指導実施状況や結果等をまとめたものを記録すること（「特定保健指導支援計画及び実施報告書」に記載）。

7 指導料金及び自己負担額

区分	指導料金			合計	自己負担額
	初回面接	継続的支援	実績評価		
	1回目請求	2回目請求			
動機付け支援 動機付け支援相当	7,170円	—	1,793円	8,963円	0円
積極的支援	8,071円	10,088円	2,018円	20,177円	0円
		12,106円			

途中終了者の指導料金の算定基礎及び自己負担額

区分	指導料金			合計	自己負担額
	初回面接	継続的支援	実績評価		
	1回目請求	2回目請求			
動機付け支援 動機付け支援相当	7,170円	—	—	7,170円	0円
積極的支援	8,071円	実施ポイント数×56.0円 (10,088円÷180ポイント=56.0円) 端数(少数点以下)は切り上げ計算 実施ポイント数は180ポイントまで	—	8,071円+(実施ポイント数×56.0円)	0円

※途中終了者

初回時面接から3か月後に終了時評価を実施し完了となるので、その途中で脱落や異動が生じた時は利用停止扱いとなる。

- **途中脱落**（実施予定日に利用がなく、最終利用日から2か月経過した場合）

最終利用日から2か月経過した時点で、市及び利用者（対象者）に脱落認定（指導様式1）及び利用再開を通知（指導様式2）し、その後2週間以内に利用者から再開依頼がない限り脱落と認定し、市に脱落確定した旨を通知（指導様式3）すると同時に、料金請求する。

- **資格喪失**（退職等により医療保険者が変わった場合）

市が、実施機関及び利用者（対象者）に資格喪失（日付）を通知する。通知を受け取った実施機関は、**その日付までの指導料金を請求する。**

利用者が、資格喪失後も残額を負担してでも保健指導を継続したいという意向がある場合、実施機関は**途中終了処理完了後、**自己負担による継続処理を行うことが基本となる。

8 流れ

(1) 広報

市は、対象者に対し「特定保健指導利用券」を交付し利用促進をはかる。

(2) 利用

実施機関は、利用希望者から「特定保健指導利用券」を回収し、「被保険者証」の内容に違いがないか確認して受け付け、利用日や方法、内容の説明をして実施する。

(3) 記録

実施機関は、指導期間中の保健指導実施状況や結果、評価等を「特定保健指導支援計画及び実施報告書」又はそれにかかわる報告書に記載（入力）し、すみやかに代行機関である岡山県国民健康保険団体連合会に報告する。

(4) 料金請求

初回面接終了後（1回目）と、実績評価終了後（2回目）の2回に分けて料金請求する。

料金請求額については、上記「7 指導料金及び自己負担額」のとおり。

9 その他

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3.2版）〔厚生労働省 保険局〕」と「標準的な健診・保健指導プログラム【平成30年度版】〔厚生労働省 健康局〕」を参考にすること。

その他、この要領に定めのない事項については、その都度双方協議のうえ決定するものとする。