特定保健指導実施要領

1　目的

高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）に基づき、公立学校共済組合広島支部（以下「支部」という。）が実施する特定保健指導に係る実施要領を定めることにより、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した生活習慣病予防に関する特定保健指導の円滑な実施を図り、糖尿病等の有病者やその予備群を減少させることを目的とする。

2　対象者

支部組合員（任意継続組合員を含む。）及びその被扶養者で、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（40 歳以上 75 歳未満）（※）とする。

※　糖尿病、高血圧症又は脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者は除く。

表：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（階層化）

<table>
<tr><td rowspan="2">腹囲</td><td>追加リスク</td><td rowspan="2">喫煙歴</td><td colspan="2">対象</td></tr>
<tr><td>①血糖　②脂質　③血圧</td><td>40～64歳</td><td>65～75歳
未満</td></tr>
<tr><td rowspan="3">男性85cm以上
女性90cm以上</td><td>二つ以上該当</td><td></td><td rowspan="2">積極的支援</td><td rowspan="3">動機付け
支援</td></tr>
<tr><td rowspan="2">一つ該当</td><td>あり</td></tr>
<tr><td>なし</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td rowspan="4">上記以外で
BMIが25kg/㎡
以上</td><td>三つ該当</td><td></td><td rowspan="2">積極的支援</td><td rowspan="4">動機付け
支援</td></tr>
<tr><td rowspan="2">二つ該当</td><td>あり</td></tr>
<tr><td>なし</td><td colspan="2" rowspan="2"></td></tr>
<tr><td>一つ該当</td><td></td></tr>
</table>

①空腹時血糖≧100mg/dl、HbA1c（NGSP 値）のみ測定の場合≧5.6%

（空腹時血糖及び HbA1c（NGSP 値）の両方を測定している場合は空腹時血糖の値を優先）

やむを得ず空腹時以外に採血を行い、HbA1c（NGSP 値）を測定しない場合は、食直後（食事開始時から 3.5 時間未満）を除き随時血糖による血糖検査を行うことは可。（随時血糖≧100mg/dl）

②中性脂肪≧150 mg/dl 又は HDL コレステロール＜40 mg/dl

③収縮期≧130mmHg 又は拡張期≧85 mmHg

3　実施者

支部が契約を締結する特定保健指導実施機関とする。（医師・保健師・管理栄養士及び令和５年度までの経過措置として、特定保健指導に関する一定の実務の経験を有する看護師による指導）

4　実施方法

特定保健指導は、施設型（個別契約）（人間ドック受診機関等において実施）、施設型（集合契約）（人間ドック受診機関等において個別契約が締結できない場合、集合契約を締結している機関において実施）及び訪問型（特定保健指導専門業者が原則として所属所を訪問し実施）とし、実施者が次により実施する。

(1)　動機付け支援

ア　目的

対象者への個別支援又はグループ支援により、対象者が自らの生活習慣を振り返り、行動目標を立てることができるとともに、特定保健指導終了後、対象者がすぐに実践（行動）に移り、その生活が継続できることを目指す。

イ　対象者

健診結果・質問票から、生活習慣の改善が必要と判断された者で、生活習慣を変えるに当たって、意思決定の支援が必要な者とする。

ウ　支援期間・頻度

原則１回の支援とする。

エ　内容

対象者本人が、自分の生活習慣の改善点・伸ばすべき行動等に気付き、自ら目標を設定し行動に移すことができる内容とする。

詳細な質問票において対象者の生活習慣や行動変容のステージ（準備状態）を把握し、対象者の生活習慣改善を動機付けるための支援を行う。

オ　支援形態

(ｱ)　面接による支援

１人 20 分以上の個別支援、又は１グループおおむね 80 分以上のグループ支援（１グループはおおむね８名以下とする）。

(ｲ)　３か月以上経過後の評価

面接又は通信（郵便、電話、ＦＡＸ、メール等）を利用して行う。

(2)　積極的支援

ア　目的

動機付け支援に加えて、定期的・継続的な支援により、対象者が自らの生活習慣を振り返り、行動目標を設定し、目標達成に向けた実践（行動）に取り組みながら、支援プログラム終了後には、その生活が継続できることを目指す。

イ　対象者

健診結果・質問票から、生活習慣の改善が必要な者で、そのために専門職による継続的できめ細やかな支援が必要な者とする。

ウ　支援期間・頻度

３か月以上継続的に支援する。

エ　内容

詳細な質問票において対象者の生活習慣や行動変容のステージ（準備状態）を把握し、健診結果や経年変化等から、対象者自らが自分の身体に起こっている変化への理解を促すとともに、対象者の健康に関する考えを受け止め、対象者が考える将来の生活像を明確にする。その上で、行動変容の必要性を実感できるような働きかけを行い、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に支援する。その中で達成可能なものは何か（対象者にできること）について、優先順位を付けながら一緒に考え、対象者自身が選択できるように支援する。

支援者は、対象者の行動目標を達成するために必要な支援計画を立て、行動が継続できるように定期的・継続的に介入する。

積極的支援期間を終了するときは、対象者が改善した行動を継続するように意識付けを行う。

オ　支援形態

(ｱ)　初回時の面接による支援

動機付け支援と同様の支援

(ｲ)　３か月以上の継続的な支援

ポイント制に基づき、支援Ａ（積極的関与タイプ）の方法で 180 ポイント以上、又は支援Ａ（最低 160 ポイント以上）と支援Ｂ（励ましタイプ）の合計で 180 ポイント以上の支援を実施すること。ただし、２年連続して積極的支援に該当した対象者のうち、１年目に積極的支援の対象者に該当し、かつ積極的支援を終了した者であって、１年目の状態に比べ２年目の状態が改善している者については、動機付け支援相当の支援をして 180 ポイント未満でも特定保健指導を実施したこととする。

(ｳ)　３か月以上経過後の評価

面接又は通信（郵便、電話、ＦＡＸ、メール等）を利用して行う。

なお、継続的な支援の最終回と一体的に実施しても構わないこととする。

(3)　階層化

支部又は人間ドック等を実施する健診機関は、特定健康診査の結果から、内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因の数に着目し、リスクの高さや年齢に応じ、レベル別（動機付け支援・積極的支援）に特定保健指導を行うため対象者の選定を行う。

(4)　重点化

特定保健指導の対象者は、厚生労働省の「標準的な健診・保健指導プログラム」に基づき、次のいずれかの該当者を総合的に勘案して抽出する。ただし、特定健康診査に引き続き一貫して継続的に特定保健指導を受けられる場合や、的確な生活改善の効果が見込まれるときは、この場合の対象者への実施を優先する。

ア　年齢が比較的若い対象者

イ　健診結果に基づく特定保健指導レベルが情報提供レベルから動機付け支援レベル、動機付け支援レベルから積極的支援レベルに移行する等、健診結果が前年度と比較して悪化し、より綿密な特定保健指導が必要になった対象者

ウ　同プログラムの標準的な質問票（８～20 番）の回答により、生活習慣改善の必要性が高いと認められる対象者

エ　これまでに、積極的支援及び動機付け支援の該当者であったにもかかわらず特定保健指導を受けなかった対象者

5　初回面接

支部が契約を締結する特定保健指導実施機関において人間ドック等の特定健康診査を受診し、全ての健診結果が健診当日に判明している場合には、健診当日に初回面接を実施できる。なお、健診当日に全ての健診結果が判明しない場合でも、次のとおり初回面接を分割して実施できる。

(1)　初回面接１回目

特定健康診査等受診当日に、腹囲・体重、血圧、喫煙歴等の状況から特定保健指導の対象と見込まれるものに対して、把握できる情報（腹囲・体重、血圧、質問票の回答を含めた既往歴、前年度の検査結果等）をもとに、専門職が初回面接を行い、行動計画を暫定的に作成する。

(2)　初回面接２回目

全ての検査結果が揃った後に、医師が総合的な判断を行った上で、専門職が本人に電話等を用いて相談しつつ、当該行動計画を完成する。初回面接を分割して実施した場合は、初回面接２回目に引き続いて同一日に継続的な支援を実施することも可能である。初回面接を分割して実施する場合の初回面接２回目は、初回面接１回目の実施後、遅くとも３か月以内に実施する。

※　初回面接を分割して実施した場合は、積極的支援及び動機づけ支援は、行動計画の策定が完了する初回面接２回目から起算して３か月経過後とする。

6　終了時評価

特定保健指導は、動機付け支援・積極的支援のいずれの場合でも、初回面接から３か月以上経過後に行動内容の状況等の終了時評価を実施し、完了とする。

特定保健指導実施機関が利用者（対象者）から評価結果データを得られないために終了時評価が完了できない場合は、利用者への度重なる督促・評価時の実施記録をもって代えられることとする。

7　途中終了（脱落・資格喪失等）の取扱い

(1)　実施機関は、特定保健指導を中断している者（最終利用日から２か月を経過した時点）に対して、対象者が再び特定保健指導を利用するよう、勧奨を行う。なお、不在など連絡がとれない場合の確認回数は、２回以上とする。

(2)　実施機関は、利用勧奨後、利用がない場合は、中断者名簿を作成し、支部へ報告する。

(3)　中断者名簿を受け取った支部は、必要に応じ、利用者（対象者）に再開・継続等を電話等により勧奨する等、脱落の防止に向けた働きかけを行い、実施機関へ勧奨の結果（再開・脱落）を報告する。

(4)　支部へ再開希望のあった利用者から、２週間以内に再開依頼がない場合、自動的に脱落・終了と確定し、実施機関から支部に確定した旨を報告すると同時に、支部に終了時請求を行う。

なお、脱落確定日以降に誤って実施機関で特定保健指導が為され、支部へ利用分の請求があっても、支部は支払わないものとする。

8　実施機関

(1)　組合員（任意継続組合員を除く。）

ア　特定健康診査と特定保健指導がセットの健診機関

イ　特定健康診査を受診し、その健診機関で特定保健指導が実施されない健診機関の場合は、特定保健指導を実施する他の健診機関又は原則として所属所を訪問して実施する特定保健指導専門業者

(2)　任意継続組合員及び被扶養者

ア　特定健康診査と特定保健指導がセットの健診機関

イ　特定健康診査を受診し、その健診機関で特定保健指導が実施されない健診機関の場合は、特定保健指導を実施する他の健診機関

(3)　(1)、(2)により難い場合は別に定める。

9　特定保健指導利用券等の交付等

(1)　組合員（任意継続組合員を除く。）

特定健康診査の受診結果により、「情報提供者」、「動機付け支援」、「積極的支援」に階層化し、

「動機付け支援」、「積極的支援」と判定された組合員（任意継続組合員を除く。）のうち、「４(4)」に基づき抽出した該当者に対して、前記８(1)アの場合を除き、特定保健指導利用券（以下「利用券」という。）を交付又は特定保健指導実施について通知する。

(2)　任意継続組合員及び被扶養者

当該年度に組合員の被扶養者、任意継続組合員及びその被扶養者の資格を有すると見込まれる者に対して特定健康診査受診券と利用券がセットになった「セット券」を交付する。

(3)　利用券には、初回利用の有効期限を明記する。

なお、特定保健指導期間は、初回利用日から３か月以上とする。

(4)　初回利用の年度中に特定保健指導を完了しなかった者については、次年度、引き続き継続支援することとする。

10　特定保健指導自己負担

徴収しない。

11　その他

この要領に定めるもののほか、特定保健指導の実施に関し必要な事項は、支部長が別に定める。

附　則

１　この要領は、令和４年４月１日から施行する。

２　令和３年度特定保健指導実施要領（令和３年４月１日制定）は、廃止する。

附　則

この要領は、令和５年５月１日から施行する。