

松江市国民健康保険特定保健指導 実施要領

1. 目的

高齢者の医療の確保に関する法律 第 24 条に基づき、平成 20 年 4 月から各医療保険者に義務化された内臓肥満症候群に着目した生活習慣病予防に関する特定保健指導を効率的かつ効果的に実施していくため、当該業務（動機付け支援、積極的支援）を実施し、生活習慣病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

松江市国民健康保険（以下、松江市国保）特定健康診査（以下「特定健診」という。）を受診し、表 1 のとおりの階層化により動機付け支援もしくは、積極的支援に該当した者で、松江市が特定保健指導利用券（以下「利用券」という。）を発行する者。

ただし、糖尿病、高血圧症または脂質異常症にかかる薬剤治療中の者は除外する。

【表 1 特定保健指導の階層化】

内臓脂肪リスク ①腹囲(BMI)	追加リスク※1	⑤喫煙(注)	対 象 ※2 ※3	
	②血圧 ③脂質 ④血糖		40～64 歳	65～74 歳
85cm 以上(男性) 90cm 以上(女性)	2 つ以上該当		積極的支援	動機付け支援
	1 つ該当	あり なし		
上記以外で BMI25 以上	3 つ該当		積極的支援	動機付け支援
	2 つ該当	あり なし		
	1 つ該当			

(注) 喫煙の斜線は、階層化の判定が喫煙の有無に関係ないことを意味する。質問票において「以前は吸っていたが、最近 1 ヶ月は吸っていない」場合は「喫煙なし」として扱う。

※1 追加リスクの基準

①血圧：収縮期 130mmHg 以上または拡張期 85mmHg 以上

②脂質：空腹時中性脂肪 150mg/dl 以上(やむを得ない場合は随時中性脂肪 175mg/dl 以上)または HDL コレステロール 40mg/dl 未満

③血糖：空腹時血糖 100mg/dl 以上(やむを得ない場合は随時血糖 100mg/dl 以上)または HbA1c (NGSP 値) 5.6%以上

※2 65 歳以上の者は、積極的支援に該当しても「動機付け支援」の対象とする。

※3 前年度に積極的支援の対象者として特定保健指導を終了し、当該年度も積極的支援の対象となり、前年度と比べ状態が改善し、松江市が動機付け支援相当と判断した場合は、「動機付け支援」の対象とする。

3. 実施者

松江市ならびに、松江市と委託契約を締結する実施機関に所属する医師、保健師及び管理栄養士とする。

4. 実施方法

実施にあたっては「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準（以下「実施基準」という。）」、「特定健康診査及び特定保健指導の実施に係る施設、運営、記録の保存等に関する基準」（厚生労働省告示）に準ずるとともに具体的な保健指導の内容は、「標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）（以下「標準的なプログラム」という。）」及び「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）（以下「手引き」という。）」に準ずるものとする。

（1）実施場所と日程

松江市が選定した場所及び日程もしくは、実施機関と対象者で調整し実施する。

（2）利用の申し込み

- ア. 対象者は、松江市または特定保健指導実施機関（以下「実施機関」）へ利用の申し込みを行う。
- イ. 実施機関で申し込みを受け付けた場合は、松江市に申し込み状況を報告する。また、実施機関での指導申し込みを松江市で受けた場合には、松江市から実施機関へ申し込みの連絡をする。
- ウ. 実施機関で指導する場合、申し込み後に対象者の健診時の状況について、松江市から指導機関へ情報提供を行う。
- エ. 指導機関は、松江市で受け付けた申込み連絡があった場合、特定保健指導実施日までに必要な人員の配置調整を行い、初回面接の際に必要な物品を準備する。
- オ. 松江市は、特定保健指導実施日の前日までに、電話で申込者に申し込み確認を行う。

（3）受付

加入する公的医療保険を証するものと利用券で、松江市国保加入者かつ特定保健指導対象者であることを確認した後、利用券は実施機関で回収し、加入する公的医療保険を証するものは利用者へ返却する。情報通信技術を活用した遠隔面接等の実施者及び対象者の本人確認を的確に行う。本人確認の方法として、遠隔面接等の実施者の氏名及び所属を示す書類等を提示した後に、対象者の氏名、生年月日を照合する方法が挙げられる。対象者の本人確認は、遠隔面接等を実施する際に補助者が行う方法も考えられる。

（4）支援別内容・形態

ア. 動機付け支援

（ア）内容

利用者本人が、自分の健康状態を自覚し、自分の生活習慣の改善点・伸ばすべき行動等に気づき、自ら目標を設定し、行動に移すことができる内容とし、特定健診の結果並びに食習慣、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結果を踏まえ、面接による支援及び実績評価を行う。

（イ）支援形態（個別または、グループ支援）

a. 初回面接

- ・利用者の生活習慣の振り返りや行動変容ステージを把握し、利用者とともに行動目標および行動計画を設定する。
 - ・1人20分以上の個別支援（情報通信技術を活用した遠隔面接はおおむね30分以上）、又は1グループ（1グループはおおむね8人以下）当たりおおむね80分以上のグループ支援とする。
- なお、ICTを活用して遠隔で実施する場合は、情報通信機器の接続に要する時間や本人確認に要

する時間は面接時間にカウントしないこととする。

b. 3 ヶ月後の実績評価

- ・腹囲や体重などの数値、行動変容の状況、生活習慣改善状況について面接または通信（電話、FAX 等）により行う。初回面接の日から 3 ヶ月以上経過後に行う。

イ. 積極的支援

(ア) 内容

詳細な質問票等において利用者の生活習慣や行動変容ステージを把握し、健診結果や経年変化等から利用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利用者の健康に関する考えを受け止め、利用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については、優先順位をつけながら利用者と一緒に考え、利用者自身が選択できるように支援する。支援者は、利用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。支援完了後にも利用者が改善した行動を継続できるように意識付けを行なう。

(イ) 支援形態

a. 初回面接

- ・動機付け支援と同様の支援とする。

b. 3 ヶ月以上の継続的支援

- ・表 2 を参考にアウトカム評価とプロセス評価の合計が 180 ポイント(P) 以上となるよう支援を実施する。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 年目に比べ 2 年目の状態が改善している者は、動機付け支援相当の支援として、180P 未満でも特定保健指導を実施したこととする。
- ・継続的な支援は、個別支援、グループ支援、電話、電子メール等のいずれか、もしくはいくつかを組み合わせる。

c. 3 ヶ月後の実績評価

- ・初回面接の日から 3 ヶ月以上経過後に面接または通信（電話または電子メール等）を利用して実施する。
- ・アウトカム評価である腹囲と体重は、当該年度の特定健診結果と比べた増減を確認し、生活習慣病予防につながる行動変容として食習慣、運動習慣、喫煙習慣、休養習慣、その他の生活習慣についての改善が 2 ヶ月以上継続されているかを評価する。

【表 2 継続的な支援にかかるポイント構成】

	評価項目及び支援方法	ポイント
アウトカム評価	腹囲 2.0cm 以上 かつ 体重 2.0Kg 以上減少※1	180P
	腹囲 1.0cm 以上 かつ 体重 1.0Kg 以上減少	20P
	食習慣の改善	20P
	運動習慣の改善	20P
	喫煙習慣の改善（禁煙）	30P
	休養習慣の改善	20P
	その他の生活習慣の改善	20P

プロセス評価	支援種別	個別支援 ※2	支援 1 回当たり 70P 支援 1 回当たり最低 10 分間以上
		グループ支援 ※2	支援 1 回当たり 70P 支援 1 回当たり最低 40 分間以上
		電話	支援 1 回当たり 30P 支援 1 回当たり最低 5 分間以上
		電子メール等	支援 1 往復当たり 30P 1 往復＝特定保健指導実施者と積極的支援対象者の間で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当該特定保健指導実施者が判断するまで、電子メール等を通じて支援に必要な情報のやり取りを行う。
	早期実施	健診当日の初回面接	20P
		健診後 1 週間以内の初回面接	10P

※1 当該年度の特定健診の結果に比べて腹囲、体重が減少している場合（または当該年度の健診時の体重に、0.024 を乗じた体重以上かつ同体重と同じ値の腹囲以上減少している場合）

※2 情報通信技術を活用した支援を含む。

5. 実績評価の取扱い

- (1) 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も、初回面接から 3 ヶ月以上経過後に行動の内容等を評価し、支援完了とする。
- (2) 3 ヶ月後の評価を行うために、利用者への度重なる督促（電話、手紙、電子メール等での連絡を 3 回以上）をしても評価が行えなかった場合は、報告書のコピー、利用勧奨状況書を評価記録として代えることができ、支払い対象とする。
- (3) 年度中に支援を完了できなかった者については、次年度に繰り越して実施できることとする
- (4) 3 ヶ月後の評価の実施者は、初回面接を行った者と同じの者とするを原則とするが、同一機関であって、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。

6. 特定保健指導利用料金

特定保健指導利用にかかる利用者の自己負担額は無料とする。ただし、保健指導プログラムにおいて食材費等の実費相当部分は利用者の負担とする。また、本人の希望によりプログラム以外の内容を実施した場合も同様とする。

7. 報告書・請求書の提出

- (1) 松江市は、実施機関からの報告書の提出により、進捗管理を行うものとする。

月末締めで実施翌月 10 日までに下記の方法で報告する。

ア. 動機付け支援

- (ア) 初回面接終了者分は報告書のコピーおよび、利用券を松江市へ提出する。

(イ) 3 ヶ月後の評価終了者分は報告書のコピーを松江市へ提出する。

イ. 積極的支援

(ア) 初回面接終了者分は報告書のコピーおよび、利用券を松江市へ提出する。

(イ) 継続的支援の間に脱落をした場合は、脱落までに実施した報告書のコピーを松江市へ提出する。

3 ヶ月以上の継続支援が完了した場合は、3 ヶ月後評価の報告時に報告書のコピーで報告をする。

(ウ) 3 ヶ月後評価終了後、報告書のコピーを松江市へ提出する。

(2) 松江市は、提出された報告書の内容を確認し、問題がなければその旨を実施機関へ伝え、実施機関は速やかに請求書を提出する。

8. 対象者への利用勧奨

特定保健指導の対象者へ松江市、健診実施医療機関から次のとおり利用勧奨を実施する。

(1) 松江市は、対象者に対し、利用券、案内文書、特定保健指導実施機関一覧を郵送または訪問により利用勧奨を実施する。その後も未利用者に対し、通知および訪問等により再利用勧奨を実施する。

(2) 特定健診実施医療機関は、特定健診結果説明時に特定保健指導の対象者となると思われる人に対し、「特定保健指導の対象の可能性があります」のリーフレットを使用し、利用勧奨を行う。

9. 松江市国保資格喪失等の場合についての取扱い

(1) 利用券を発行した後、松江市国保の資格を喪失した場合においては、対象より除外する。

ただし、資格喪失を遡ってするなど、資格を喪失したことが確認できず初回面接を実施した場合は支払の対象とする。

(2) 初回面接実施後、松江市国保の資格を喪失した利用者が、引き続き松江市に住民票のある場合については3 ヶ月後の評価を実施できるものとする。

(3) 初回面接実施後に服薬を開始した利用者は、3 ヶ月後の評価を実施できるものとする。

(4) 実施機関において、何らかの理由により支援が継続困難となった場合は、相互でその後の支援について協議し、その結果に応じて実施する。

10. 個人情報の取扱い

本事業に係る個人情報の取り扱いは、「個人情報の保護に関する法律（平成15年法律第57号）」及び「医療・介護関係事業者における個人情報の適切な取扱いのためのガイダンス（平成29年4月14日個人情報保護委員会 厚生労働省）」また「特定保健指導の外部委託に関する基準（平成25年厚生労働省告示第92号 第2）」等を遵守し、業務上知り得た個人情報及び個人の記録票の管理についても厳重に行う。なお、業務に従事しなくなった後も同様とする。

附 則

この要領は、平成26年8月19日から施行する。

この要領は、平成29年9月1日より施行する。

この要領は、平成30年8月1日より施行する。

この要領は、令和2年4月1日より施行する。

この要領は、令和3年4月1日より施行する。

この要領は、令和5年4月1日より施行する。

この要領は、令和6年4月1日より施行する。

この要領は、令和7年4月1日より施行する。