

福島市国民健康保険特定保健指導実施要綱

(目的)

第1条 「高齢者の医療の確保に関する法律」(昭和57年法律80号)の規定に基づく福島市国民健康保険特定健康診査(以下「特定健診」という)の実施結果により健康の保持増進に努める必要がある者に対し、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的に福島市が保健指導を実施する。

(対象者)

第2条 本市国保被保険者で国保特定健診を受診した結果、健康の保持増進に努める必要がある者とする。

2 階層化を行った特定保健指導対象者

血圧、血糖、脂質の治療に係る薬剤の服用がない者で、健診の結果、生活習慣の改善が必要と判定(階層化)された者とする。対象者には、原則「特定保健指導利用券」を送付する。

3 階層化の要件については、次のとおりとする。

腹囲 (BMI)	追加リスク			喫煙歴	対象	
	①血糖	②血圧	③脂質		40～64歳	65～74歳
男性85cm以上 女性90cm以上	2つ以上該当			あり	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当					
上記以外で BMI 25以上	3つ該当			あり	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当					
	1つ該当			なし		

追加リスク		数値
①血糖高値 a がないとき b	a 空腹時血糖	100mg/dl以上
	b HbA1c (NGSP値)	5.6%以上
②血圧高値 a 又は b	a 収縮期血圧	130mmHg以上
	b 拡張期血圧	85mmHg以上
③脂質異常 a 又は b	a 中性脂肪	150mg/dl以上
	b HDLコレステロール	40mg/dl未満

(指導方法)

第3条 「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」)」(平成19年厚生労働省令第157号第7条第1項及び第8条第1項)に基づくとともに「標準的な健診・保健指導プログラム」及び「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施にむけた手引き」(厚生労働省)に準じて、対象者の判定(階層化)により特定保健指導を実施する。

(実施者)

第4条 保健指導実施者は、医師、保健師、管理栄養士、歯科医師、運動指導等とする。
ただし、初回面接および評価は、医師、保健師又は管理栄養士が行う。

(支援方法)

第5条 特定保健指導の支援方法は、動機付け支援、積極的支援、動機付け支援相当の支援、モデル実施による支援とする。

(動機付け支援)

第6条 動機付け支援は、原則1回、面接による支援を行い、3ヵ月経過後に実績評価を行う。

- 2 支援内容及び支援形態等詳細は、別に定めるものとする。
- 3 実績評価については、別に定めるものとする。

(積極的支援)

第7条 積極的支援は、初回時に面接による支援を行い、その後、3ヵ月以上の継続的な支援を行う。3ヵ月以上の継続的な支援終了後に実績評価を行う。

- 2 支援内容及び支援形態等詳細は、別に定めるものとする。
- 3 実績評価については、別に定めるものとする。

(動機付け支援相当の支援)

第8条 2年連続して積極的支援に該当した者で、1年目に積極的支援を終了し、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する。

- 2 対象者の選定方法は別に定め、「動機付け支援相当」の利用券を送付する。
- 3 支援内容及び支援形態等詳細は、動機付け支援に準ずる。
- 4 実績評価については、動機付け支援に準ずる。

(モデル実施による支援)

第9条 積極的支援対象者に対する3ヵ月以上の継続的な支援後、実績評価で一定の腹囲や体重の減少があった場合、ポイント未達成の場合でも終了とする。

- 2 支援内容及び支援形態等詳細は、別に定めるものとする。
- 3 実績評価については、別に定めるものとする。

(支援計画及び実施報告書)

第10条 「特定保健指導支援計画及び実施報告書」として、対象者の保健指導計画、指導期間中の個人の記録を行い、実績評価、実績報告をする。

(終了時評価)

第11条 特定保健指導は、初回面接から3ヵ月以上経過後に、行動変容の状況等の終了時評価を実施し、完了とする。

2 利用者(対象者)から評価結果データが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・評価等の実施記録を以って代えるものとする。

(資格喪失の取り扱い)

第12条 特定保健指導利用者が、途中で被保険者の資格を喪失した場合、特定保健指導は終了とする。

(自己負担金)

第13条 特定保健指導に係る自己負担金は、無料とする。

(補則)

第14条 この要綱に定めるもののほか、特定保健指導の実施に必要な事項については別に定める。

附則

この要綱は、平成20年4月1日から施行する。

この要綱は、平成23年4月1日から施行する。

この要綱は、平成25年4月1日から施行する。

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

この要綱は、令和3年4月1日から施行する。

令和5年度福島市国民健康保険特定保健指導実施要領

福島市国民健康保険第3期特定健診等実施計画（平成30年3月策定）及び本市国民健康保険特定保健指導実施要綱に基づく特定保健指導（以下「保健指導」という）を次の要領により実施する。

（特定保健指導）

1. 実施者

福島市国民健康保険（医療保険者）が、本市保健部門（保健予防課）に執行委任し共同実施する。また、福島市医師会に委託し実施するものとする。

2. 対象者

特定健診を受診後、動機付け支援または、積極的支援となった者を対象者とする。

（1）動機付け支援

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。

（2）積極的支援

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。

3. 実施期間

初回面接は、令和5年6月1日～令和6年4月30日までに実施するものとする。

4. 実施方法（平成29年8月1日 厚生労働省告示第267号にて改正）

1) 動機付け支援

（1）支援形態

初回面接による支援と3ヵ月後に実績評価を行う。

（2）初回面接

① 方法

個別支援（1人あたり20分以上の面接）又は1グループ（1グループはおおむね8名以下）あたり80分以上のグループ支援とする。

② 内容

対象者が、自らの生活習慣を振り返り、行動目標を立てられるようになるとともに、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内容とする。

- ア) 生活習慣と特定健康診査の結果の関係の理解、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に関する知識の習得及びそれらが動機付け支援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。
- イ) 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。
- ウ) 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。
- エ) 動機付け支援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。(保健事業、健康教育、相談等、学習センター事業、健康づくりサークル、スポーツ施設など)
- オ) 体重及び腹囲の計測方法について説明する。
- カ) 生活習慣の振り返り、行動目標や評価時期について話し合う。
- キ) 行動目標及び行動計画を作成する。

(3) 実績評価

① 方法

面接(来所、訪問)または、通信等(電子メール、電話、FAX、手紙など)を利用して行う。通信等を利用する場合は、保健指導機関から指導対象者への双方向のやりとりを行い、評価に必要な情報を得るものとする。

② 内容

- ア) 個々の対象者に対する特定保健指導の効果について評価する。
- イ) 設定した行動目標が達成されているか、及び身体状況、生活習慣に変化がみられたかどうかについて評価する。
- ウ) 必要に応じて行動計画の策定の日から3ヵ月経過する前に評価時期を設定して動機付け支援対象者が自ら評価し、3ヵ月経過後に保健指導実施者が評価し対象者と結果を共有する。

2) 積極的支援

(1) 支援形態

初回に面接による支援を行うとともに、その後、3ヵ月以上の継続的な支援を実施し、初回から3～6ヵ月後に実績評価を行う。

(2) 初回面接及び3ヵ月以上の継続的な支援

① 方法

初回面接は、動機付け支援と同様とする。また、3ヵ月以上の継続的な支援については、支援A(積極的関与)及び支援B(励まし)によるポイント制とし、支援Aのみで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の合計で180ポイント以上の支援を実施するものとする。

② 内容

「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、支援終了後には、その生活が維持できる内容とする。

(3) 積極的支援における支援形態と支援ポイント

① 支援形態の内容

支援A（積極的関与タイプ）

ア) 取り組んでいる実践と結果についての評価と再アセスメント、必要時、生活習慣の振り返りを行い、行動計画の実践に基づき必要な支援をする。

イ) 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行う。

ウ) 行動目標・行動計画の再設定（見直し）を行う。

支援B（励ましタイプ）

行動計画の実施状況の確認と確立された行動計画に掲げた取り組みを維持するために賞賛や励ましを行う。

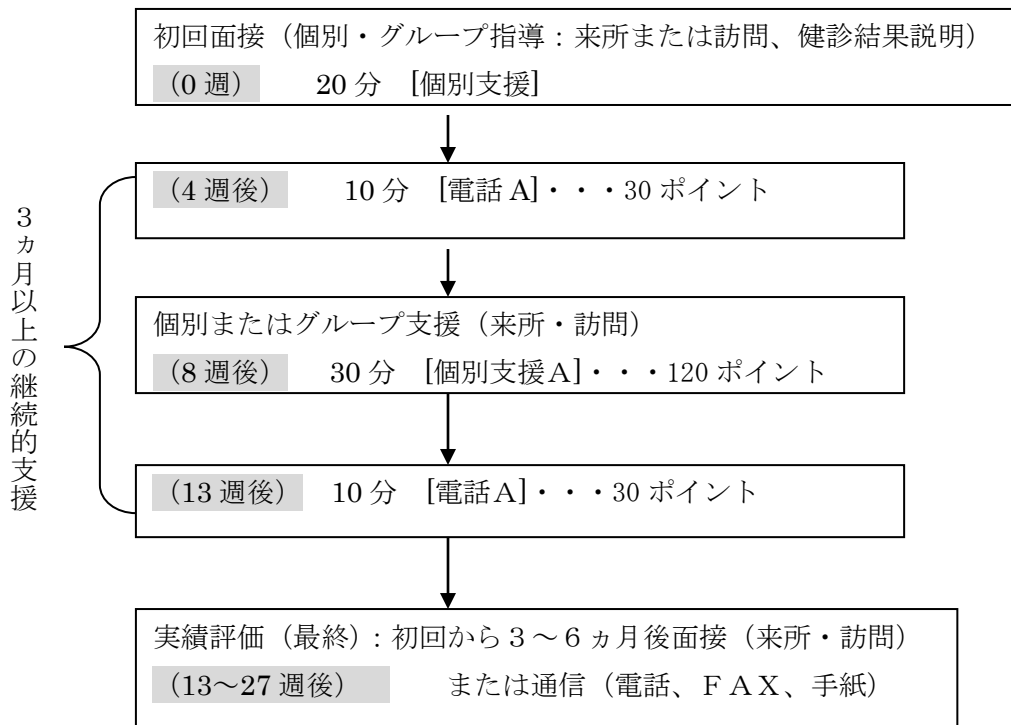
② 支援形態ごとの支援ポイント数

支援形態		基本的なポイント数		最低限の介入量	ポイントの上限
支援A	個別支援(面接)	5分	20P	10分	120P
	グループ (8人に以下)	10分	10P	40分	120P
	電話	5分	15P	5分	60P
	E-mai、FAX、 手紙等	1往復	40P	1往復	
支援B	個別支援(面接)	5分	10P	5分	20P
	電話	5分	10P	5分	20P
	E-mai、FAX、 手紙等	1往復	5P	1往復	

【積極的支援の例】 180 ポイント

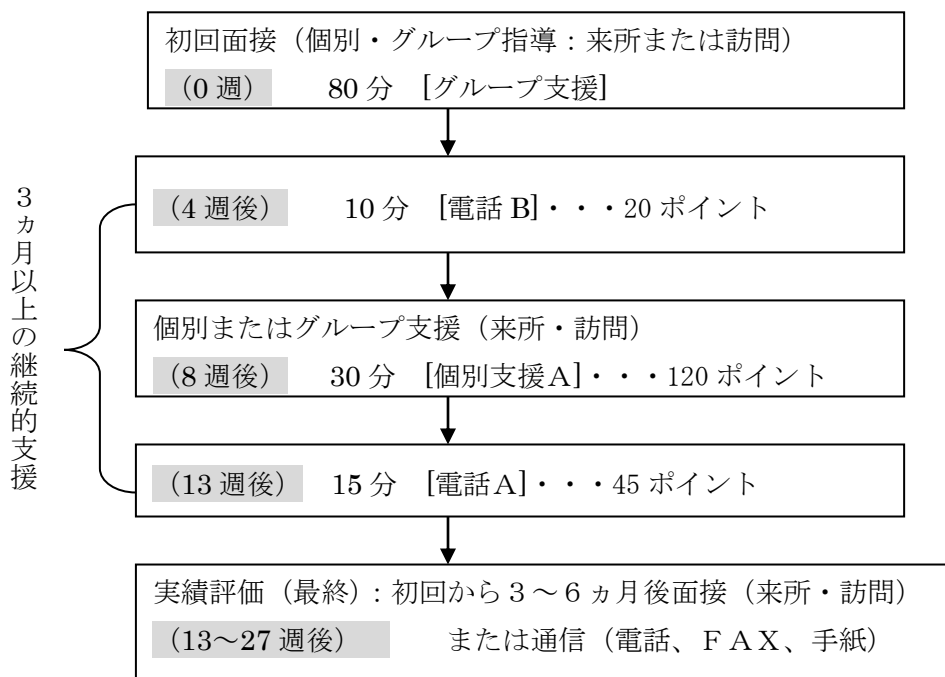
支援パターン1

(継続的な支援において支援 A の個別支援と電話を組み合わせた例：180 ポイント)



支援パターン2

(継続的な支援において、支援 A と支援 B を組み合わせた例：185 ポイント)



(3) 実績評価

① 方法

動機付け支援と同様とする。

② 内容

ア) 個々の対象者に対する特定保健指導の効果について評価する。

イ) 設定した行動目標が達成されているか、及び身体状況、生活習慣に変化がみられたかどうかについて評価する。

ウ) 必要に応じて行動計画の策定の日から3ヵ月経過する前に評価時期を設定して積極的支援対象者が自ら評価し、3～6ヵ月経過後に保健指導実施者が評価し対象者と結果を共有する。

エ) 継続的な支援の最終回と一体的に実践評価を実施することもできる。

3) 動機付け支援相当の支援

(1) 対象者の選定基準

1年目に積極的支援の対象者に該当し、かつ積極的支援（3ヵ月以上の継続的な支援の実施を含む）を終了した者であって、2年目も積極的支援対象者に該当し、1年目に比べ2年目の状態が改善している者。

なお、状態が改善している者とは、健診結果において、1年目と比べて2年目の腹囲及び体重の値が次のとおり一定程度減少していると認められる者。

BMI < 30	腹囲 1.0 cm 以上かつ体重 1.0 kg 以上減少している者
BMI ≥ 30	腹囲 2.0 cm 以上かつ体重 2.0 kg 以上減少している者

(2) 支援方法

動機付け支援に準ずる。

4) モデル実施による支援

(1) 対象者

対象者は、積極的支援全員とする。（動機付け支援相当を除く）

(2) 支援方法

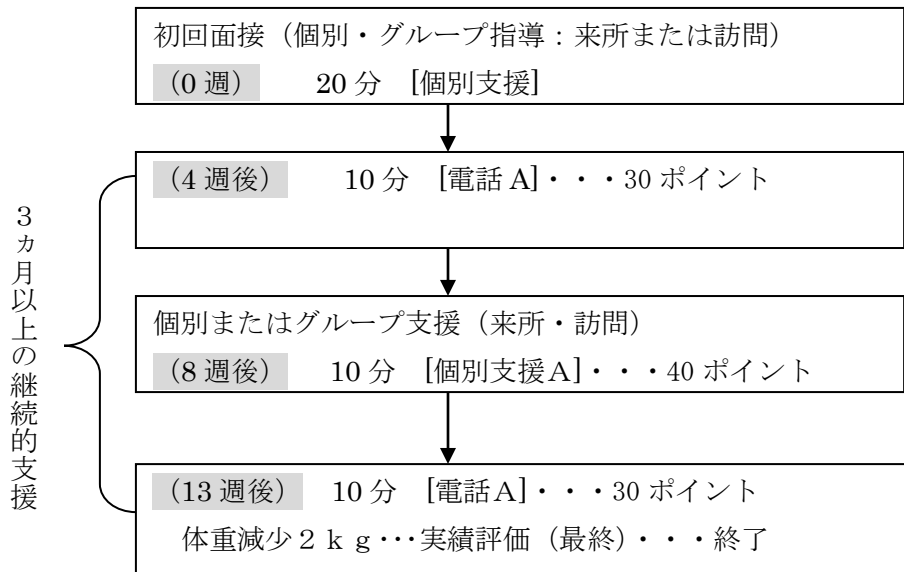
積極的支援に準ずる。

喫煙者に対しては、「標準的な健診・保健指導プログラム」を参考に禁煙指導を実施する。

(3) 実績評価

実績評価の時点で、当該年の特定健康診査の結果に比べて腹囲 2.0 cm 以上かつ体重 2.0 kg 以上減少している者（又は当該年の健診時の体重に 0.024 を乗じた体重（kg）以上かつ同体重（kg）と同じ値の腹囲（cm）以上減少している者）は、180ポイントに達していない場合でも終了とみなす。

【モデル実施の例】



※体重・腹囲の減少がない場合は、180ポイント以上支援し、27週後に評価

5) 委託により実施する場合

(1) 対象者の確認

- ① 福島市国民健康保険の被保険者であり、利用対象者であること、及び保険診療にあたらぬことを確認する。
- ② 特定保健指導利用券の有効期限等券面の内容を十分に確認の上、実施するものとする。

(2) 特定健診受診医療機関と同一施設で保健指導を行う場合

- ① 実施機関は、階層化により保健指導（動機付け支援、積極的支援）の対象となった者に、健診結果説明等と同時に初回の保健指導を実施することができるものとする。
- ② 実施機関は、①により保健指導を実施した者の名簿を毎月保険者（福島市保健予防課）に提出する。
- ③ 保険者は実施機関から提出された名簿に基づき、保健指導を受けた者の利用券整理番号を実施機関に報告する。

(3) 特定保健指導の初回のみを行う場合

- ① 実施機関は、初回保健指導を実施した者の名簿および指導内容等を毎月保険者（福島市保健予防課）に提出する。
- ② 保険者は実施機関から提出された情報に基づき、継続した支援を実施する。

(4) 保健指導の実施

- ① 初回面接において、特定健診の結果や対象者の生活習慣、行動変容の状況を踏まえ、対象者が選択した具体的に実践可能な保健指導支援計画書を作成する。
- ② 保健指導支援計画書に基づき、終了時評価を実施する。なお、利用者から評価結果が得られないために終了時評価を実施できない場合は、対象者への2回以上の督促・評価等の実施記録をもって代えられるものとする。

(5) 国保の資格喪失

医療保険の変更があった場合（国保資格喪失）は、保健指導は終了とする。

(6) 保健指導実施者の報告

特定保健指導未受診者の受診勧奨に使用するため、(2) ②とともに、保健指導を受けたものの名簿を毎月保険者（福島市保健予防課）に提出する。

(7) 特定保健指導委託料

特定保健指導委託料は、動機付け支援（動機付け支援相当の支援）10,475円（税抜き）、積極的支援22,100円（税抜き）とし、内訳は別紙のとおりとする。

5 支援計画及び実施報告書

対象者の保健指導計画、指導期間中の個人の記録を実績報告として保存する。

別紙

特定保健指導内訳書

区分	1人当たり委託料単価	支払い条件
動機付け支援 (相当含)	11,522 円 初回：8,065 円 最終：3,457 円	<ul style="list-style-type: none"> ・ 初回時の面接による支援終了後に左記委託料単価の 7/10 を支払 ・ 残る 3/10 は、実績評価終了後に支払 ・ 但し、3ヵ月後の評価に際し、2回以上の督促にもかかわらず実績評価を行うことが不可能な場合は、実施記録をもって実績評価とみなし、3/10 を支払
積極的支援	24,310 円 初回：9,724 円 継続：12,155 円 (1ポイント67.5円) 最終：2,431 円	<ul style="list-style-type: none"> ・ 初回時の面接による支援終了後に左記委託料単価の 4/10 を支払 ・ 残る 6/10 (内訳としては3ヵ月以上の継続的な支援が 5/10、実績評価が 1/10) は、実績評価終了後に支払 ・ 3ヵ月以上の継続的な支援実施中に脱落等により終了した場合は、左記委託料単価の 5/10 に実施済みポイント数の割合 (分母 180 ポイント) を乗じた金額を支払 (※3)、実施済みポイントが 180 を超えている場合は 5/10 全額支払

注)

1. 委託料単価には、本業務に付随する一切の費用を含む。
2. 特定保健指導の各回の支払額が小数点以下の端数が生じる場合は、四捨五入により、1円単位とする。
3. 継続的支援の期間が3ヵ月未満の場合も実施済みポイント数の割合を乗じた金額を支払う。
4. 特定保健指導実施期間中に利用者が被保険者資格を喪失した場合は、支払業務ができなくなるため、本人の了解の下、福島市が残り期間の指導を引き継ぐ。

脱落判定方法

実施予定日に利用がなく、代替日の設定が無い、あるいは代替日も欠席するなどの状態で、最終利用日から2ヵ月を経過した時点で、保健指導機関で脱落者として認定する。