

【 動機付け支援 】

支援期間・頻度	<p>○原則 1 回の支援とする。</p> <p>○初回面接完了日から 3 ヶ月以上支援する。</p>
支援内容	<p style="text-align: center;">～初回面接または初回面接の分割実施による支援～</p> <p>○生活習慣と特定健康診査の結果との関係性の理解、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動機付け支援対象者（以下、「対象者」という）本人の生活に及ぼす影響の認識等から、生活習慣改善の必要性について説明すること。</p> <p>○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。</p> <p>○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。</p> <p>○対象者の行動目標や実績評価の時期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。</p> <p>○体重及び腹囲の計測方法について説明すること。</p> <p style="text-align: center;">～実績評価～</p> <p>○実績評価は、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ものであること。</p> <p>○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みられたかどうかについての評価を行うこと。</p> <p>○必要に応じて評価時期を設定し、対象者が自ら評価するとともに、行動計画策定の日から 3 ヶ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。</p>

<p>支援形態</p>	<p style="text-align: center;">～初回面接による支援～</p> <p>○1人当たり 20 分以上の個別支援又は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。</p> <p>○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。</p> <p style="text-align: center;">～初回面接の分割実施による支援～</p> <p>特定健康診査受診日当日から 1 週間以内（特定健診実施日を 0 日とし、7 日後まで）において初回面接の分割実施を可能とする。</p> <p>【初回面接 1 回目】</p> <p>○特定健康診査受診当日に、腹囲・体重、血圧、喫煙等の状況から特定保健指導の対象と見込まれる場合、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。</p> <p>【初回面接 2 回目】</p> <p>○全ての検査結果が揃った後に、1 回目から 3 ヶ月以内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、当該行動計画書を完成させる。</p> <p>○初回面接を分割実施した場合、初回面接 2 回目の支援として、「1 人当たり 20 分以上」の個別支援、「1 グループ（おおむね 8 人以下）当たりおおむね 80 分」のグループ支援を行う必要はなく、対象者の健診結果や初回面接 1 回目の内容等に応じて実施する。</p> <p>【初回未完了】</p> <p>○2 回目を 1 回目から 3 ヶ月以内に行わなかった場合は、初回未完了とする。</p> <p style="text-align: center;">～実績評価～</p> <p>○実績評価は面接又は通信（電子メール、電話、FAX 等）を利用して実施する。通信等を利用する場合は、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。</p>
-------------	---

【積極的支援】

<p>支援期間・頻度</p>	<p>○初回面接完了日から3ヶ月以上継続的に支援する。</p>
<p>支援内容</p>	<p style="text-align: center;">～初回面接または初回面接の分割実施による支援～</p> <p>○動機付け支援と同様の支援</p> <p style="text-align: center;">～3ヶ月以上の継続的な支援～</p> <p>○アウトカム評価とプロセス評価を合計し、180ポイント（p）以上の支援を実施すること。 <u>※ポイント構成表参照</u></p> <p>○積極的支援対象者（以下、「対象者」という）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。</p> <p>○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。</p> <p>○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。</p> <p>○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。</p> <p style="text-align: center;">【アウトカム評価について】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・評価時期は、初回面接から3ヶ月以上経過後の実績評価時とする。 ・評価項目のうち腹囲と体重については、実績評価の時点で当該年度の特定健康診査の結果と比べた増減を確認する。 ・生活習慣病予防につながる行動変容（食習慣の改善、運動習慣の改善、喫煙習慣の改善、休養習慣の改善、その他の生活習慣の改善）については、実績評価の時点で<u>生活習慣の改善が2か月以上継続している場合に達成と評価する。</u> ・行動変容別に各1回までの評価（例：食習慣の改善の目標が複数設定されている場合、複数達成してもポイントの算定は20p）とする。 ※生活習慣の改善のための行動変容の例は厚生労働省の「標準的な健診・保健指導プログラム」で示されている「特定保健指導において目標設定及び評価を行うための行動変容の例」を参考のこと。

<p>支援内容</p>	<p>【アウトカム評価の留意点】</p> <p>アウトカム評価を実施するにあたっては、以下のことに留意して目標設定をすること。設定した目標の達成状況に応じて行動変容の評価を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・初回面接における目標の設定や中間評価における目標の再設定が重要であるため、対象者が具体的に実践可能であり、かつ<u>評価可能な行動目標を設定すること。</u> ・対象者個人の特性や課題の重要性によって優先順位を判断し、目標とする行動変容を設定すること。例えば、減量に取り組むべき対象者は、減塩よりも総エネルギー摂取量を減らす行動が優先される。 ・行動変容の目標設定では、行動変容別に2ヶ月間継続することにより<u>腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少と同程度とみなすことのできる行動変容の目標とすること。</u>腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少と同程度の目標を複数計画した場合は、そのうち1つ達成した場合は 20p となり、同一行動変容の中で複数の目標を合わせて腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少と同程度の目標とした場合は、全ての目標を達成した場合に 20p になる。 ・初回面接において設定した目標が達成困難な場合、中間的な評価によって目標を変更し、<u>目標変更後2ヶ月間の生活習慣の改善が継続できれば評価可能となる。</u> ・計画策定時にすでに達成済みの目標や行動変容をする必要のない目標は設定できない。例えば、既に運動習慣がある者に運動を継続する目標や禁煙達成済みの対象者に禁煙の目標は適切ではなく、立てたとしても行動変容として評価できない。 ・計画策定時に対象者と目標の達成条件を共有しておくこと。 ・対象者の生活習慣や行動の変化の状況の把握は対象者からの聞き取りや記録物の確認等から行い、行動変容の目標達成の有無は、実績評価者が専門的見地から判断する。 <p style="text-align: center;">～実績評価～</p> <p>○動機付け支援と同様の支援</p>
-------------	---

<p>支援形態</p>	<p style="text-align: center;">～初回面接による支援～</p> <p>○動機付け支援と同様の支援</p> <p style="text-align: center;">～初回面接の分割実施による支援～</p> <p>○動機付け支援と同様の支援</p> <p style="text-align: center;">～3ヶ月以上の継続的な支援～</p> <p>○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で行う。</p> <p style="text-align: center;">～実績評価～</p> <p>○動機付け支援と同様の支援</p>
-------------	---

【 動機付け支援相当 】

<p>支援期間・頻度</p>	<p>○ 3 ヶ月以上の適切な支援又は3 ヶ月以上継続的に支援する。</p>
<p>支援内容</p>	<p style="text-align: center;">～初回時の面接または初回面接の分割実施による支援～</p> <p>○ 動機付け支援と同様の支援</p> <p style="text-align: center;">～実績評価～</p> <p>○ 動機付け支援と同様の支援</p>
<p>支援形態</p>	<p style="text-align: center;">～初回時の面接による支援～</p> <p>○ 動機付け支援と同様の支援</p> <p style="text-align: center;">～初回面接の分割実施による支援～</p> <p>○ 動機付け支援と同様の支援</p> <p style="text-align: center;">～実績評価～</p> <p>○ 動機付け支援と同様の支援</p>