

12 保健指導の実施状況

1) 初回面接による支援

| 保健指導実施内容 | ②食事によるエネルギー量(増減数) | ①運動によるエネルギー量(増減数) | 合計エネルギー量(一日の削減(又は増加)増減数) | 血圧(増減数) | 体重(増減数) | 腹囲(増減数) | 実施時間 | 実施年月日 | 保健指導者名(職種) |
|------------------------------------|--|-------------------|--------------------------|-------------------------|---------------|---------------|------|-----------|--------------------------|
| 目標値 | 140 kcal (-140) | 60 kcal (-60) | 200 kcal (-200) | 150/95 mmHg (-10/-5) | 79 kg (-5) | 95 cm (-5) | | | |
| 初回 | ・生活習慣と健診結果の関係について ・標準的な食事量、運動量の目安の提示 ・生活習慣の振り返り ・行動目標および計画の策定 | | | | | | 20分 | 平成18年7月9日 | 〇〇 〇〇 (保健師) |
| 保健指導実施形態 1. 個別 2. グループ(実施時間) | | | | | | | | | ① 個別 (20分) ② グループ (分) |

2) 継続的な支援

(1) 個別・グループ・電話A・e-mailAによる支援(支援A)

| 生活習慣改善の状況 | 保健指導実施内容 | 保健指導実施形態 1. 個別 2. グループ 3. 電話A 4. E-mailA(実施時間) | 支援ポイント | 合計ポイント |
|-----------------------------|----------------------------------|---|--------|--------|
| ・朝30分間歩いている。 ・時間を決めて体重測定 | ・生活習慣の振り返り ・食生活において改善可能な項目を提示 | ① 個別 (20分) ② グループ (分) ③ 電話A (分) ④ E-mailA (分) 禁煙指導の有無 あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> | 80 | 160 |
| | | ① 個別 (20分) ② グループ (分) ③ 電話A (分) ④ E-mailA (分) 禁煙指導 あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> | 80 | |
| | | 1. 個別 (分) 2. グループ (分) 3. 電話A (分) 4. E-mailA (分) 禁煙指導 あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> | | |