

第4期特定健康診査・特定保健指導に関するQ&A

2. 特定保健指導について

【遠隔面接について】

問1 ICTを活用して遠隔で初回面接を行う場合、最低面接時間は対面で実施する場合と同じか。

(答) 同じ。なお、ICTを活用して遠隔で実施する場合、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はカウントできない。

【遠隔支援について】

問2 ICTを活用して遠隔で個別支援を行う場合、ポイントは対面で実施する場合と同じか。

(答) 同じ。

【初回面接の早期実施に係るポイントについて】

問3 健診当日に初回面接を実施した場合、健診当日の初回面接20ポイントだけでなく、継続的支援のポイントを算定することは可能か。

(答) 不可。初回面接は、特定健康診査の結果や対象者の生活習慣・行動変容の状況等を踏まえて、対象者が実践可能な行動目標・行動計画を作成するためのものであり、個別支援には当たらないため、70ポイントの算定はできない。

ただし、初回面接を分割して実施する場合であって、全ての検査結果がそろった後に行動計画を完成させるため、初回面接1回目では、それまでに把握している情報をもとに暫定的に行動計画を作成し、2回目に1回目で暫定的に作成した行動計画に対する実施状況の把握等、1回目から2回目までの経過について確認し、2回目の初回面接に引き続いて同一日に継続的な支援を実施する場合においては、実施した個別支援について算定対象とすることが可能。

【初回面接の早期実施に係るポイントについて】

問4 初回面接を健診当日に実施する場合は20ポイント、健診当日から1週間以内に実施する場合は10ポイントの算定対象となるが、分割実施の場合はポイント算定できるか。

(答) それぞれ、初回面接1回目を健診当日に実施している場合に20ポイント、初回面接1回目を健診当日から1週間以内に実施している場合に10ポイントを算定できる。

【初回面接の早期実施に係るポイントについて】

問 5 初回面接 1 回目の支援を健診当日に実施、初回面接 2 回目の支援を健診当日から 1 週間以内に実施した場合には、併せて 30 ポイントの算定が可能か。

(答) 不可。初回面接のポイントは、1 回目の初回面接の実施時期に応じたポイントの算定となる。なお、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 ヶ月以内に実施すること。

【初回面接の早期実施に係るポイントについて】

問 6 初回面接を健診当日に実施し、その後中断となった場合、健診当日の初回面接 20 ポイントを踏まえた請求はいつ行うことになるのか。

(答) 完了した特定保健指導の早期実施に係るポイントについては、途中終了時の請求の際に行う。

【実績評価について】

問 7 アウトカム評価の腹囲 2 c m・体重 2 k g 減を、初回面接時に達成している場合、180 ポイントの算定対象とすることが可能か。

(答) 不可。アウトカム評価の評価時期は、初回面接から 3 ヶ月以上経過後の実績評価時であり、初回面接時に達成している場合でも、その状態を維持する目標を立てること等を通じて、実績評価時に特定健康診査の結果から腹囲 2 c m・体重 2 k g 減である場合に 180 ポイントの算定対象となる。

【実績評価について】

問 8 腹囲 2 c m・体重 2 k g 減が達成できない場合、プロセス評価のみの合計で 180 ポイントを達成する、又はアウトカム評価とプロセス評価の合計で 180 ポイントを達成することは可能か。

(答) 可能。

【アウトカム評価について】

問 9 「腹囲 2.0cm 以上かつ体重 2.0kg 以上減少」の評価の際には、「0.024 を乗じた体重」以上の減少も評価の対象となるが、「腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少」の評価の際には「0.012 を乗じた体重」も評価の対象とすることが可能か。

(答) 不可。

【アウトカム評価について】

問 10 腹囲 2 c m・体重 2 k g 減や行動変容のアウトカム評価について、実施者が対象者から聞き取るという方法で評価することも可能か。

(答) 実績評価時の体重や腹囲の評価にあたっては、保健指導実施者による測定や、ICT の活用等により、客観性を担保して実施することが基本となる。対象者個別の事情において、実施者による測定が困難である場合は、初回面接において説明した体重及び腹囲の計測方法に基づき対象者が測定していることを確認する、測定画面を実施者と対象者と共有する等の方法を用いて、可能な限り客観性が担保されるよう、実施機関・保険者において適切に実施すること。

【アウトカム評価について】

問 11 初回面接時の計画策定時に、腹囲 2.0cm 以上かつ体重 2.0kg 以上の減少を目標に設定しなかったが、実績評価の際に、腹囲 2.0cm 以上かつ体重 2.0kg 以上の減少が確認できた場合、ポイントの算定対象とすることが可能か。

(答) 可能。腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少した場合も同様。

【アウトカム評価について】

問 12 約 10,000kcal 減らす行動変容の目標を設定した場合で、目標を達成することができなかったが、当該目標について、約 7,000kcal 分の行動変容を達成できた場合、ポイントの算定対象とすることが可能か。

(答) 可能。

【アウトカム評価について】

問 13 腹囲・体重のアウトカム評価については、実績評価を行う時点において、当該年度の特定健康診査の結果に比べて腹囲 2.0cm 以上かつ体重 2.0kg 以上減少している場合、又は当該年度の健診時の体重の値に、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) 以上減少している場合に、180 ポイント算定となるが、 $2.0\text{cm} \cdot 2.0\text{kg}$ と 0.024 を乗じた値のどちらを用いて評価すれば良いのか。

(答) 実績評価者が対象者個人の身体状況を踏まえた上で、どちらかの値を用いて評価することで差し支えない。

【プロセス評価について】

問 14 音声自動応答を用いた電話支援、AI 等によって生成された支援文を送信する電子メール支援など、自動化した支援についても、電子メール・チャット等支援のポイントの算定対象となるのか。

(答) 不可。専門職による支援とは考えられないため、ポイントの算定対象とはならない。

【プロセス評価について】

問 15 電子メール・チャット等の支援において、画像や絵文字のみなど、簡易的な方法による支援はポイントの算定対象となるか。

(答) 不可。継続的な支援は「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」が条件となっているため、画像や絵文字の送付のみやそれに相当する簡易的な方法による支援は、ポイントの算定対象とはならない。

【行動変容の評価について】

問 16 標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）に行動変容の目標例が記載されているが、「目標（例）」から達成できそうな目標をいくつか選んで目標を設定して良いのか。

(答) 行動目標は、具体的に実践可能であり、かつ評価可能な目標を対象者に合わせて個別に設定するものである。

特定保健指導において標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）P271「表6 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」を参考として目標を設定することは差し支えないが、ポイントの算定においては、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）や Q&A に示す事項に留意した上で、適切な行動変容の目標を設定し、客観性を担保して評価すること。

また、特定保健指導の主要達成目標は腹囲 2.0cm かつ体重 2.0kg 減少としていることから、行動変容のポイント算定においては当該年度の特定健康診査の結果と比べて実績評価時点で腹囲及び体重が減少していること等について、実績評価者が専門的見地から評価すること。

【行動変容の評価について】

問 17 「食習慣の改善」及び「運動習慣の改善」に関する行動変容の目標の達成はどのように評価するのか。

(答) 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）及び標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）に記載のとおり、対象者が2ヶ月間、行動変容を継続することにより、腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上の減少と同程度の効果が期待されるよう目標を設定する必要がある。

実績評価においては、例えば腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上の減少が確認される等を、実績評価者が専門的見地から評価すること。

運動については、2ヶ月毎日ではなく、1週間に数回等の定期的な運動を行うことで差し支えない。

食事については、1週間の目標とする当該エネルギー制限の結果等に影響を与えない範囲で、目標とする摂取エネルギー量を超える日が短期的に

生じることは差し支えない。

【行動変容の評価について】

問 18 飲酒に関する行動目標は「食習慣の改善」と「その他の生活習慣」のいずれの項目で目標設定すれば良いか。

(答) 「その他の生活習慣」の項目で目標設定する。なお、「食習慣の改善」の項目で削減するエネルギー量に酒類のエネルギーを含める等、重複して評価することはできない。

【行動変容の評価について】

問 19 標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）において、休養習慣の目標例として、毎日の睡眠時間について記載があるが、どのような目標が達成されていれば休養の行動変容についてのポイントの算定対象となるのか。

(答) 対象者個人の課題や生活環境を踏まえ、2ヶ月間以上継続することにより、健康状態の改善が見込まれる睡眠時間を確保した場合に算定可能。

【行動変容の評価について】

問 20 標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）において、その他の生活習慣については、どのような目標がその他の目標例として、ポイントの算定対象となるのか。

(答) 休日や不規則な勤務形態にかかわらず、体重や血圧について毎日計測・記録されている場合に算定可能。評価者が評価時において2～3日程度実施できなかった日が確認されるが、当該行動変容が継続していると判断できる場合は、算定しても差し支えない。

【行動変容の評価について】

問 21 減塩のみの目標設定について達成した場合、ポイントの算定対象とすることが可能か。

(答) 特定保健指導においては、体重・腹囲・BMI とリスク因子によって対象者を階層化しており、食塩摂取量に問題があると認められる者については、多くの場合、エネルギー摂取量の観点での課題も有していることが考えられる。初回面接においては、減量の観点からも食事の課題のアセスメントを行った上で、エネルギー収支バランスや、食塩摂取と血圧の関係等、対象者の生活習慣の現状と課題に対応するよう、実践可能な内容にして、エネルギー摂取量と食塩摂取量の両方を含めた目標を設定し、達成することにより算定可能。

【行動変容の評価について】

問 22 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）P20において、「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算定は20p）」とされているが、「食習慣の改善」及び「運動習慣の改善」の目標をそれぞれ達成した場合、それぞれポイントの算定対象とすることが可能か。

（答） 可能。ただし、行動変容による削減目標エネルギー量の設定が可能な行動変容については、それぞれ約7,000 kcalの削減と同程度以上の目標が設定されている場合に限る。

【行動変容の評価について】

問 23 初回面接以降に、対象者自身が独自に設定した行動変容の目標を、2ヶ月以上継続できた場合、ポイントの算定対象とすることが可能か。

（答） 不可。ポイントの算定対象となる目標は、対象者個人の課題等を踏まえ、初回面接において設定するものであり、対象者が具体的に実践可能であり、かつ評価可能な行動目標及び行動計画を設定すること。

【行動変容の評価について】

問 24 「食習慣の改善」・「運動習慣の改善」等の行動変容の評価について、1つの行動変容が2ヶ月間以上継続するのではなく、複数の行動変容の合計で2ヶ月間以上の改善（食習慣の改善を1ヶ月継続、運動習慣の改善を1ヶ月継続）が確認できれば、20ポイントの算定対象とすることは可能か。

（答） 不可。

【行動変容の評価について】

問 25 「食習慣の改善」・「運動習慣の改善」等の行動変容の評価について、計画策定時に設定した行動変容の目標以外にも、達成できた行動変容がある場合、20ポイントの算定対象とすることが可能か。

（答） 不可。計画策定時に設定した目標がポイントの算定対象となる。計画策定時に設定した目標以外の行動変容は、ポイントの算定対象にはならない。

【行動変容の評価について】

問 26 標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）において、喫煙習慣の目標例として、「たばこを吸わない」が挙げられているが、実績評価時に禁煙中であることが確認できれば、30ポイントの算定対象とすることが可能か。

（答） 不可。健診時に喫煙状態であった者が、評価時において非喫煙状態が

2ヶ月以上継続していることを確認できた場合のみ対象となる。

【行動変容の評価について】

問 27 喫煙習慣について、減煙はポイントの対象とすることが可能か。

(答) 不可。

【行動変容の評価について】

問 28 喫煙習慣の改善については、禁煙の他に、どのような目標が達成されていれば、ポイントの算定対象となるのか。

(答) 保健指導の目標として、紙巻きたばこを加熱式たばこにする等の目標設定が考えられるが、ポイントの算定対象となるのは、加熱式たばこを含む全ての喫煙をやめられたときのみ。

【行動変容の評価について】

問 29 「食習慣と運動習慣」のように、生活習慣についての複数の目標の合計により「腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少と同程度」となる場合、達成できた場合の評価はどのように行えば良いのか。

(答) 食習慣と運動習慣のうち、主たる行動変容についてのみ算定対象となる(20ポイントのみの算定)。

【行動変容の評価について】

問 30 「2ヶ月以上の継続」とは、実績評価(初回面接から3ヶ月以上経過後)までの期間における、どの期間を指すのか。

(答) 実績評価時点から逆算して2ヶ月以上の期間を指す。なお、初回面接(途中で目標を変更した場合は変更した時点)から実績評価までの間に2ヶ月以上継続した期間があるが、実績評価時点で継続していない場合は行動変容として評価できない。

【行動変容の評価について】

問 31 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4.1版)P20において、アウトカム評価を実施するにあたって「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。」とあるが、何をもって達成済みの目標であると判断するのか。

(答) 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、実績評価の時点で生活習慣の改善が2ヶ月以上継続している場合に達成と評価していること

を踏まえ、当該行動変容が、計画策定時から逆算して2ヶ月以上継続している場合は、達成済みの行動変容であると判断し、ポイント算定の対象となる目標として設定することはできない。

なお、対象者のセルフケアを支援するという観点から、ポイント算定の対象となる目標とは別に、達成済みの行動変容が継続できるよう支援することは差し支えない。

【服薬が判明した対象者の取扱いについて】

問 32 特定保健指導の対象者について、特定健診実施後・特定保健指導開始後に糖尿病等の生活習慣病に係る服薬をしていることが判明した場合、実施率の計算についてはどのようなすればよいか。

(答) 特定健診実施後・特定保健指導開始後に服薬が判明した対象者については、保険者は、服薬指導を行っている医師と連携し、特定保健指導の対象とせずに医師による服薬指導を継続するのか、本人の意向も踏まえながら判断すること。特定保健指導を実施せずに服薬指導を行う場合、または特定保健指導を途中で終了した場合は、実施率の分母（対象者）と分子（実施完了者）には含めないことが可能である。

【外部委託について】

問 33 特定保健指導については、特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準第十六条第一項の規定に基づき厚生労働大臣が定める者(平成25年厚生労働省告示第92号)第2の5(13)の規定により、委託を受けた業務の全部又は主たる部分を再委託してはならないこととされている。

対象者に実施される一連の保健指導の業務の一部である、初回面接の実施、支援計画の作成又は実績評価の実施において、保険者から直接委託を受けた保健指導機関が、当該保健指導機関と雇用関係にない専門職個人にこれらを実施させることについて、当該保健指導機関の統括者が、各対象者の指導期間を通して実施状況の把握等を行い、当該特定保健指導の適正な実施が確保されるよう統括していると判断できる場合、「業務の全部又は主たる部分を再委託」することに該当しないと解して差し支えないか。

(答) 差し支えない。