

平成30年10月22日	資料4
第32回保険者による 健診・保健指導等に関する検討会	

# 特定保健指導の「モデル実施」に係る対応について

## 特定保健指導の「モデル実施」に係る対応について

- 2018年度(第3期特定健康診査等実施計画期間)から積極的支援対象者に対する3ヶ月以上の継続的な支援におけるポイントの在り方や、生活習慣の改善効果を得るための目安となる新たな指標等を検証するために、柔軟な運用による特定保健指導の「モデル実施」を可能とした。
- モデル実施について、実施状況に関する調査や効果的な実施方法等の検証を実施する必要があるため、本検討会の下に設置している「特定保健指導等の効果的な実施方法の検証のためのワーキンググループ」において、検証作業を行うこととしてはどうか。
  - ※ 再開にあたっての構成員については、保険者団体、特定保健指導の実施に関する医療関係団体及び学識経験者の方を含めることとし、今回の検討の趣旨をふまえて見直す。
  - ※ 本検討会の下に位置づけられている「特定保健指導等の効果的な実施方法の検証のためのワーキンググループ」は、2015年度に計5回開催し、効果的な特定保健指導の実施方法についてとりまとめ、第19回検討会(2016年4月13日開催)に報告した。

### 保険者による健診・保健指導等に関する検討会

(主なWG)

実務担当者による特定健診・特定保健指導に関するWG

特定健診・保健指導の医療費適正化効果等の検証のためのWG

特定保健指導等の効果的な実施方法の検証のためのWG

高齢者の保健事業のあり方検討WG

# 參考資料

# 積極的支援対象者への柔軟な運用による特定保健指導のモデル実施

第3期特定健康診査等実施計画期間（2018年度～）から、保険者による特定保健指導（積極的支援）の実施に当たり、保健指導の実施量による評価に代えて、保健指導による腹囲・体重の改善状況による評価を可能とする「モデル実施」を導入。

## 1. 特徴

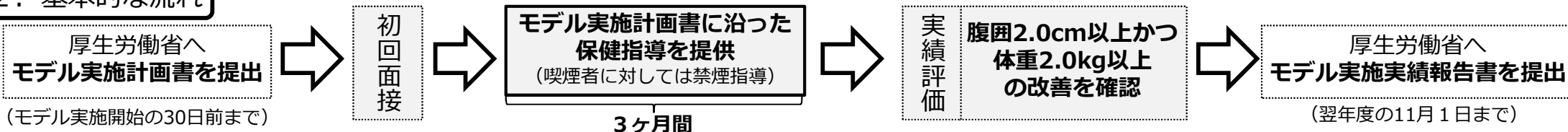
従前からの積極的支援の運用

- 保健指導に関する専門的知識及び技術を有する者（医師、保健師又は管理栄養士）による面談、電話やメール等による支援を実施
- 支援の投入量に応じてポイントを付与し、3ヶ月間の介入量（180ポイント）を評価

モデル実施による積極的支援【2018年度からの新たな選択肢】

- 継続的な支援の提供者や方法を緩和。成果を出せる方法を保険者が企画して実施
- 支援の投入量（ポイント）ではなく、3カ月間の介入の成果（腹囲2cm以上、体重2kg以上の改善）を評価
- ※ 積極的支援対象者に対する継続的な支援におけるポイントの在り方や生活習慣の改善効果を得るための目安となる新たな指標等の検証を目指すもの

## 2. 基本的な流れ



注1) 厚生労働省に実施計画を提出していない保険者においてモデル実施した場合は、特定保健指導とはみなさない。

注2) 行動計画の実績評価の時点で腹囲及び体重の値が改善していない場合は、その後追加支援を実施し180ポイント以上に達すれば積極的支援を実施したこととする。

## 3. 取組のイメージ

- モデル実施は従前より支援内容が緩和されており、創意工夫によって、より対象者の個別性に応じた支援方法の選択・実施が可能。
- 具体的には、事業主との連携、福利厚生施設の活用、契約先のフィットネスクラブでのプログラム提供等といった取組例が考えられる。

### ●事業主と連携した例

- ・ 福利厚生健康ポイントを、腹囲や体重の減少量、運動量に応じて付与
- ・ 事業主が従業員と面談する機会を活用して保健指導を実施

### ●スポーツジム等での指導を取り入れた例

- ・ スポーツジムと契約し、施設の利用、トレーナーによる指導やジムのプログラムの提供
- ・ PCやスマートフォンを活用した遠隔面談でトレーナーによる運動指導を実施
- ・ トレーナーが作成した曜日別運動プログラムをインターネット動画サイトに掲載し、利用者が自主的に運動を実践

### ●アプリケーションを取り入れた例

- ・ 日々の体重や歩数をアプリに記録し、成果の確認をするとともに運動指導、栄養指導を実施
- ・ 血圧をアプリに記録し、その記録に対して運動指導、栄養指導を実施
- ・ 食べたメニューを写真添付や記録し、その記録に対して食事指導等を実施するほか、対象者の関心に併せた情報提供

## 4. 留意点

- 「標準的な健診・保健指導プログラム【平成30年度版】」は、特定健診・特定保健指導を中心に、健康増進法に基づく生活習慣病対策を推進するための効果的な健診・保健指導を実施するに当たり、健診・保健指導に関わる者が理解しておくべき基本的な考え方や実施する際の留意点等を示したものであり、モデル実施における保健指導は、必ずしも当該プログラムに即している必要はない。
- 厚生労働省に提出されるモデル実施計画書において、記入漏れ等の内容に不備があるものや商品等の勧誘、販売等を行う内容が含まれている場合等には、厚生労働省より修正を求めることがある。

# モデル実施計画書の提出状況(2018年10月15日現在)

## 1. 提出保険者の内訳

保険者種別	内訳
市町村国保	6
国保組合	1
全国健康保険協会	1
健保組合	146
共済組合	1
合計	155

※ 一保険者が複数の実施計画書を提出している場合もある。

## 2. 実施方法

実施方法(直営・委託の分類)	内訳
直営により実施	31
委託により実施	120
直営及び委託の組み合わせにより実施	4
合計	155

※ 一保険者が複数の実施計画書を提出している場合もある。

### 3. 主な内容

#### (1) 事業主と連携した例

- 事業所内ウォーキングの活用
- 社員食堂の活用
- 診療所での看護師等の面接の活用 等

#### (2) スポーツジム等での指導を取り入れた例

- スポーツクラブでの運動や食事指導の実施
- トレーナーによる遠隔面接での運動指導の実施 等

#### (3) アプリケーションを取り入れた例

- 計測した体重や行動目標の達成状況を入力すると、入力内容に即した健康情報のメール等を配信
- 毎食の食事内容を入力すると、入力内容に即したコメントを送信
- 毎日の歩数を入力すると、入力内容に即した健康情報を送信 等

#### (4) その他

- 集団による集中的な食事・運動・生活等の改善指導の実施(宿泊や日帰り) 等

## 4. 取組の例

### A健康保険組合

- <内容> ○ 自分に合ったエクササイズを選択し、遠隔面接にてトレーナーによる運動指導を受ける。  
 (例)休憩中に椅子に座ったままで出来るストレッチ 等  
 ○ 運動指導実施後、エクササイズプログラムを自己学習し、運動を継続する。運動継続中は、適宜メール等での継続支援を受ける。  
 ○ 実績評価の時点で腹囲及び体重の値が改善していない場合は、その後、追加支援として食事指導を受ける。

<計画時の対象・想定人数> 被保険者 200名  
 (参考)2018年度の特典保健指導の対象者数 500名、うち、積極的支援の対象者数 300名

<開始時期> 2018年10月下旬予定  
 <現在の参加人数> - ※2018年10月下旬開始予定のため  
 <参加者への周知方法> 健康保険組合の保健師よりメールにて案内。



トレーナーによる  
運動指導の例



前腿筋の運動

### B健康保険組合

- <内容> (1)すでに実績のある保健事業を活用した取組  
 ア 参加者がスマートフォンやパソコンで週一回以上体重を報告したり、定期的に配信されるコラムの購読やクイズに回答することによりポイントが付与され、ポイント数に応じて抽選で賞品が当たるので継続の動機付けとなる。  
 イ 外部機関で開催する「健康教室」に参加し、食事・運動・生活等の改善指導を受ける。  
 (2)参加者自らが自主的に運動を継続する取組  
 ウ トレーニングジムへ3ヶ月間通い、運動を継続する。  
 エ 一週間に平均8000歩以上の歩行を継続する。  
 ※ 4つのメニューから、対象者が希望のメニューを選択する。  
 ※ 必要時、健康保険組合の管理栄養士が継続に向けた支援を行う。

<計画時の対象・想定人数> 被保険者対象

ア	30名	イ	10名	ウ	30名	エ	30名
---	-----	---	-----	---	-----	---	-----

(参考)2018年度の特典保健指導の対象者数 210名、うち、積極的支援の対象者数 115名

<開始時期>

ア	10月～	イ	11月	ウ	7月～	エ	7月～
---	------	---	-----	---	-----	---	-----

<現在の参加人数>

ア	5名	イ	-	ウ	0名	エ	2名
---	----	---	---	---	----	---	----

(2018年10月15日現在)

<参加者への周知方法>

- 積極的支援レベル該当被保険者全員に周知し、対象者には初回面接の案内に説明資料を同封。初回面接でも説明し、参加を促す。