

令和3年3月29日

第41回
保険者による健診・保健指導等に関する検討会

資料2

特定保健指導のモデル実施の実施状況について

2019年度実施分 モデル実施計画書・実績報告書の提出状況

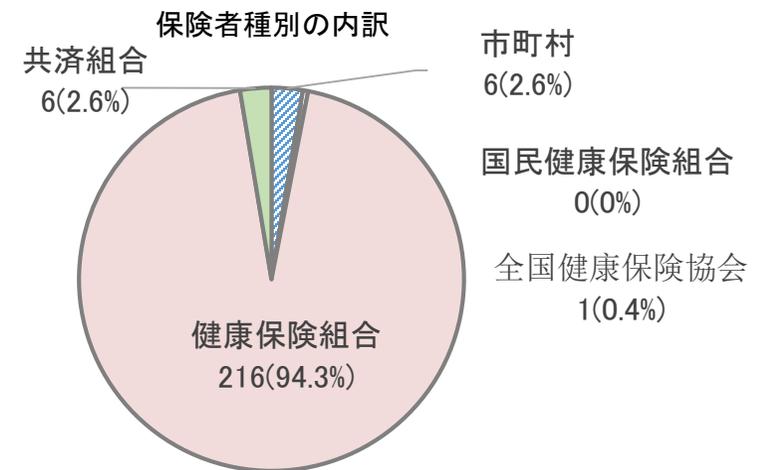
2019年度特定健康診査結果に基づくモデル実施計画書の提出状況

2020年11月1日

- モデル実施による積極的支援対象者への特定保健指導は、2019年度では、保険者種別を問わず229保険者が取組を開始しており、取組の大部分を健康保険組合が占めている。
- 実施方法では委託による方法が182保険者（8割弱）を占めるが、直営により実施している保険者もいる。健康保険組合では委託が多く、市町村では直営が多い。

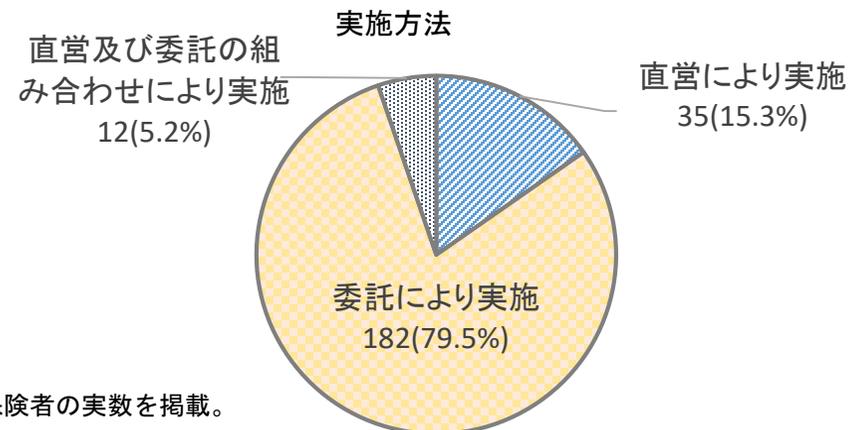
1. 保険者種別の内訳

保険者種別	内訳
市町村	6
国民健康保険組合	0
全国健康保険協会	1
健康保険組合	216
共済組合	6
合計	229



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	35
委託により実施	182
直営及び委託の組み合わせにより実施	12
合計	229

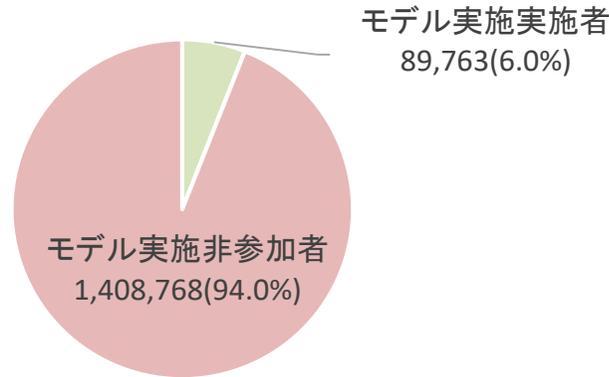


※ 一保険者が複数の実施計画書を提出している場合もある。上記の集計では保険者の実数を掲載。

2019年度実施分のモデル実施 実施者の割合（実績）、達成者の割合（実績）

モデル実施 実施者割合（実績）

モデル実施実施者割合（実績）（229保険者中）



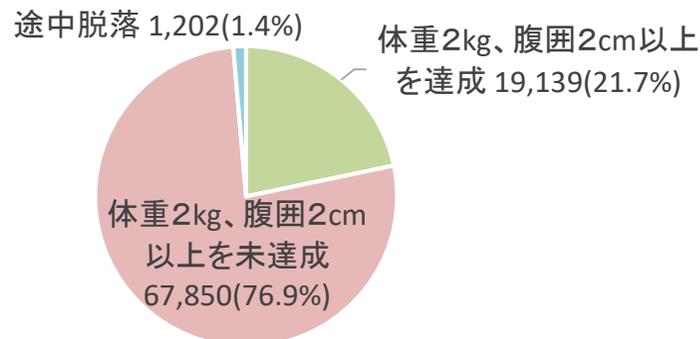
● モデル実施の実施者割合 = $\frac{\text{モデル実施実施者数 (89,763名)}}{\text{積極的支援対象者数 (1,498,531名)}}$

※ モデル実施導入保険者（229保険者）中

※ モデル実施を行った保険者から提出された「実績報告書」に記載の人数に基づき作成。

体重2Kg、腹囲2cm以上を達成した割合

体重2kg、腹囲2cm以上を達成した割合（229保険者中）



● 体重2Kg、腹囲2cm以上を達成した割合 = $\frac{\text{モデル実施終了者数 (19,139名)}}{\text{(モデル実施終了者数 + 未達成者数 + 途中脱落者数) (88,191名)}}$

※ モデル実施導入保険者（229保険者）中

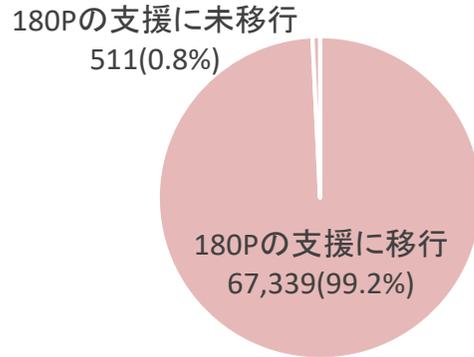
※ モデル実施を行った保険者から提出された「実績報告書」に記載の人数に基づき作成。

※ 分母の数値については、実績報告書作成時点でモデル実施を実施中である者を除いているため、上段の「モデル実施実施者数」とは一致しない。

2019年度実施分のモデル実施 180Pの支援（積極的支援）に移行した者の割合（実績）

体重2Kg、腹囲2cm以上を達成できず180Pの支援（積極的支援）に移行した者の割合

体重2Kg、腹囲2cm以上を達成できず180Pの支援（積極的支援）に移行した者の割合（229保険者中）



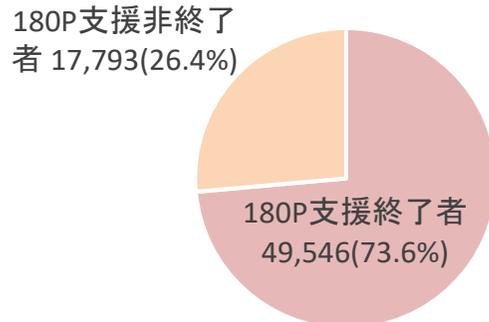
- 体重2Kg、腹囲2cm以上を達成できず180Pの支援（積極的支援）に移行した者の割合 = $\frac{\text{モデル実施で改善が認められず、180P要件に戻った者}(67,339\text{名})}{\text{体重2Kg、腹囲2cm以上未達成者数}(67,850\text{名})}$

※ モデル実施導入保険者（229保険者）中

※ モデル実施を行った保険者から提出された「実績報告書」に記載の人数に基づき作成。

180Pの支援（積極的支援）に移行した者のうち、終了者の割合

180Pの支援（積極的支援）に移行した者のうち、終了者の割合（229保険者中）



- 180Pの支援（積極的支援）に移行した者のうち、終了者の割合 = $\frac{\text{180Pの支援終了者数}(49,546\text{名})}{\text{モデル実施で改善が認められず、180ポイント要件に戻った者}(67,339\text{名})}$

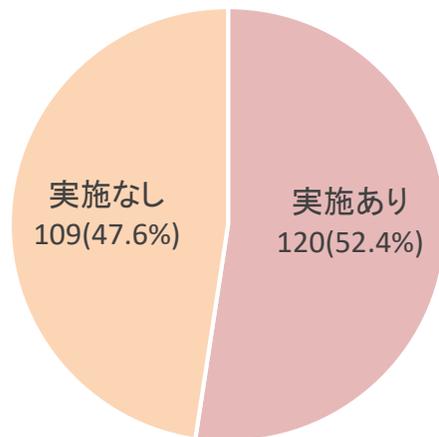
※ モデル実施導入保険者（229保険者）中

※ モデル実施を行った保険者から提出された「実績報告書」に記載の人数に基づき作成。

2019年度実施分のモデル実施 今年度も引き続きモデル実施に取り組む保険者の割合

今年度も引き続きモデル実施に取り組む保険者の割合

今年度も引き続き実施する保険者割合（229保険者中）



●今年度も引き続きモデル実施に取り組む保険者の割合＝
2020年の実施計画書提出ありの保険者数(120保険者)／
2019年の実績報告書提出ありの保険者数(229保険者)

※ モデル実施導入保険者(229保険者)中

注) 引き続き実施する予定であっても、2020年12月18日時点でモデル実施計画書を提出していない場合がある。

2019年度実施分のモデル実施 モデル実施のメリット、手応え感、課題など（実績）

○ モデル実施のメリット

- ・ ICT活用により、利用しやすい。
- ・ 体重2kg以上の減量、腹囲2cm以上の減少を3ヵ月で達成するという成果目標を掲げることで支援回数も少ないメニューで本人の自己管理能力が高まった。また、支援回数や支援時間の制限がないことで対象者にとっても時間的な負担軽減につながった。
- ・ リピーターが辞退を申し出た際にモデル実施を勧めたところ参加し、目標も達成した。
- ・ 目指す目標が具体的で明確なので、取り組みやすいと実施者の評判が良かった。

○ 手応え感など

- ・ 事業所との連携により、参加者の脱落が少なく効率的に支援することができ、実施率が向上し目標を達成した。
- ・ 実施者の大半が3ヵ月で目標を達成したことは、モデル実施の短期集中で効果をあげるというねらいに即した結果であった。

○ 実施後の課題

- ・ 2018年度に比べ途中脱落が多かったため、脱落しないように受診勧奨を行うなど対策が必要と考えられた。
- ・ 最終評価から次の健診までの期間があいてしまうため生活習慣の定着が難しい。

2020年度実施分
モデル実施計画書の提出状況
(2020年12月18日現在)

2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

1. 提出保険者の内訳

保険者種別	2018年度	2019年度	2020年度(2020年12月18日時点(速報版))
市町村国保	7	6	4
国保組合	1	0	1
全国健康保険協会	1	1	0
健保組合	215	216	139
総合	26	26	21
単一	189	190	118
共済組合	4	6	2
合計	228	229	146

※ 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. 2019年度からの継続提出の状況

継続／新規	内訳
2019年度も提出のあった保険者	109
2020年度に新規に提出のあった保険者	37
合計	146

※ 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。

2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

3. モデル実施の実施方法

実施方法(直営・委託の分類)	内訳
直営により実施	28
委託により実施	109
(内訳)複数の事業者へ委託	15
直営及び委託の組み合わせにより実施	9
合計	146

※ 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。

4. 実施内容のまとめ

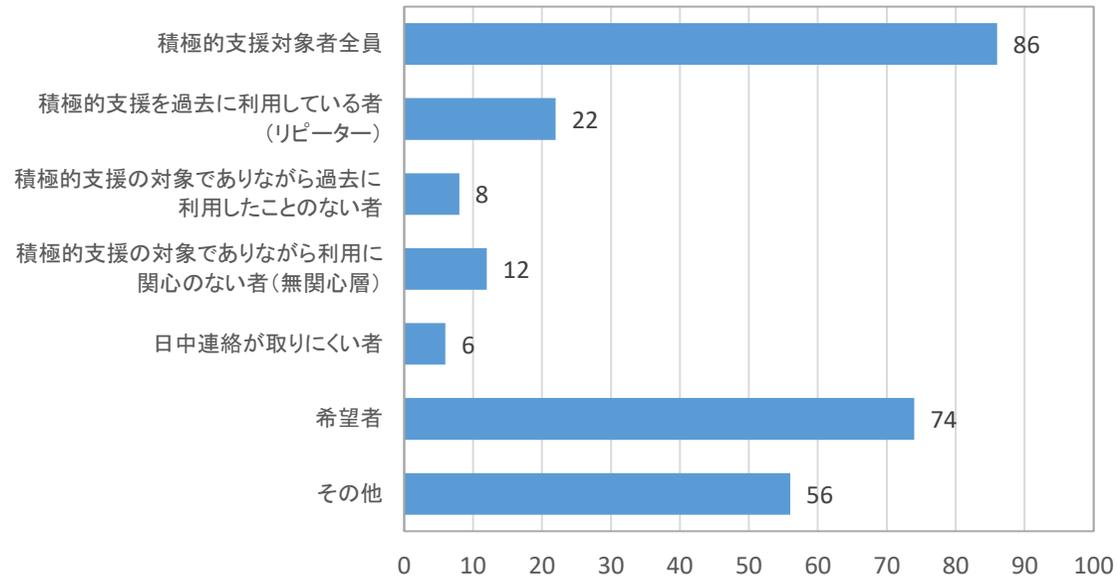
対象者・選定基準(146保険者中) ※ 複数回答

項目	内訳	割合
積極的支援対象者全員	86	44.8%
積極的支援を過去に利用している者(リピーター)	22	11.5%
積極的支援の対象でありながら過去に利用したことのない者	8	4.2%
積極的支援の対象でありながら利用に関心のない者(無関心層)	12	6.3%
日中連絡が取りにくい者	6	3.1%
希望者	74	38.5%
その他	56	29.2%

2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

5. 対象者・選定基準(146保険者中)

対象者・選定基準(146保険者中)



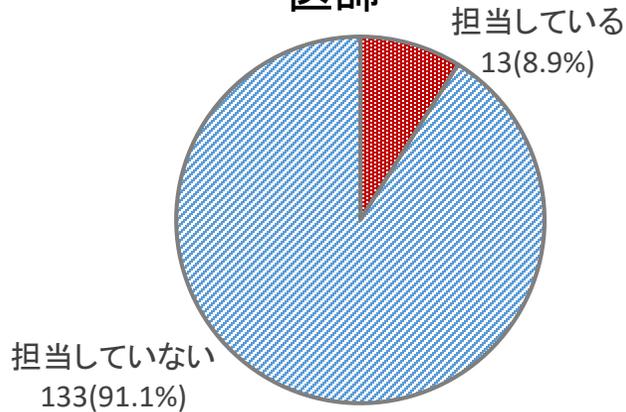
<「その他」の記載例>

- ・ 主に支援期間中に腹囲2cm・体重2kg減少が可能であると保険者が判断した者
- ・ 積極的支援対象者で高血糖であった者※HbA1c6以上
- ・ 年齢が若く、早い段階で指導することで効果があると思われる者
- ・ 特定健診において面談を希望している者
- ・ ICT面談可能な者
- ・ プログラムに対応するスマホ等を持つ者
- ・ 事業所web-ラーニング利用出来る者
- ・ スポーツ施設未使用者

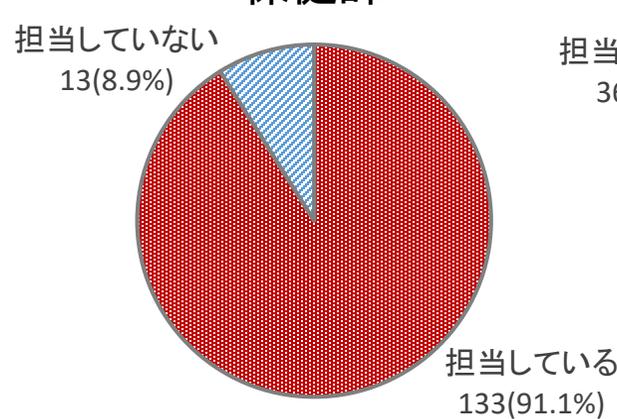
2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

6. 継続的な支援の担当者の職種(146保険者中) ※複数回答

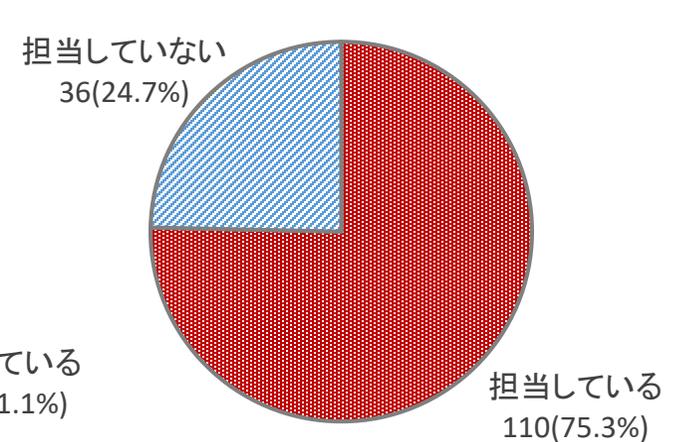
医師



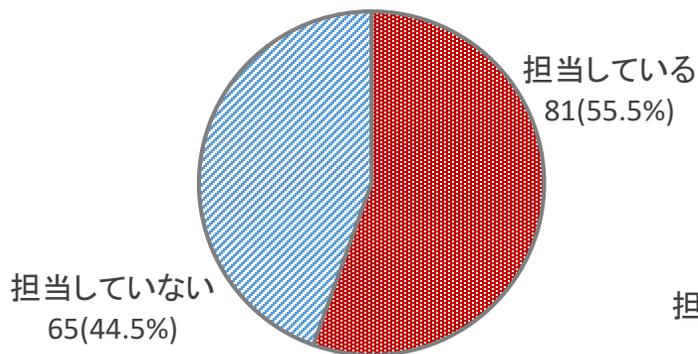
保健師



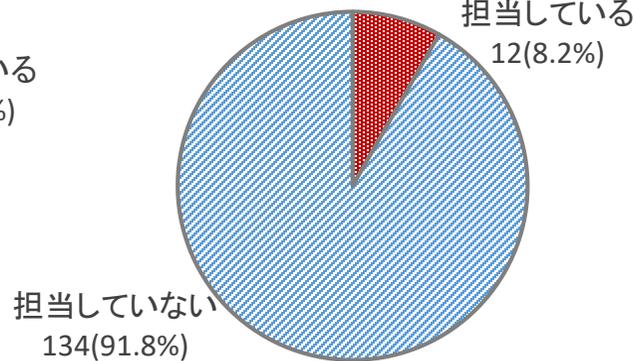
管理栄養士



その他の専門職



専門職以外



(その他の専門職の記載例)

看護師(一定の保健指導の実務経験のある者)、健康運動指導士、健康運動実践指導者、事業主の産業看護職、外部医療機関の理学療法士

(専門職以外の記載例)

スポーツジムのトレーナー、特定保健指導プログラム専用研修の合格者、スポーツジムの健康運動指導士、Web等管理事務職、栄養コンシェルジュ、事業所内健康管理担当者、健康管理増進センターの職員

2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

7 実施方法(146保険者中) ※ 複数回答

項目	保険者	割合
面接	77	40.1%
(内訳) 対面	50	26.0%
(内訳) 遠隔面接	50	26.0%
電話	96	50.0%
手紙・メール(双方向)	65	33.9%
(内訳) 手紙	44	22.9%
(内訳) 電子メール	56	29.2%
手紙・メール(一方向)	31	16.1%
(内訳) 手紙	17	8.9%
(内訳) 電子メール	23	12.0%
アプリケーション	82	42.7%
(内訳) 双方向	70	36.5%
(内訳) 自己入力	38	19.8%
スポーツジムの利用	32	16.7%
宿泊型	0	0.0%
イベント (例 屋外ウォーキング大会、大人の体力測定会※ ¹ 等)	7	3.6%
集団健康教育 (例 運動教室、1日健康づくり教室、料理教室 等)	12	6.3%
情報提供 (例 減量のための豆知識をメール配信、ハンドブック※ ² 配布 等)	18	9.4%

※1 柔軟性・平衡性・脚筋力・体組成・血管年齢の測定

※2 栄養バランス改善に向けたハンドブックを作成

2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

8 保健指導実施者の支援回数(146保険者197メニュー)

※ メニューごとにカウント ※ 複数回答

項目	メニュー数	最頻値(回)	最小～最大(回)
面接	90	1	0～4
電話	126	3	0～5
手紙・メール(双方向)	83	2	0～7
手紙・メール(一方向)	32	1	0～41
アプリケーション	10	1	1～5
スポーツジムの利用	11	-	0～11
宿泊型	0	-	-
イベント	2	-	1～2
集団健康教育	12	1	1～6
情報提供	13	12	1～12

2020年度モデル実施計画書の提出内容 (2020年12月18日時点(速報版))

9 ねらい(一部抜粋)

- ・従来の保健指導プログラムでは、多忙のため指導を受けることができない対象者様の参加率を向上する。
- ・特定保健指導積極的支援の実施率向上のため、今までは継続的な参加が難しかった時間が取れない人でも参加しやすい体制づくりをし、資格喪失以外の指導中止者を減らす。
- ・対象者の運動習慣のきっかけ作りを行い、運動による改善効果などを体感してもらい生活習慣に運動を取り入れることを目標とする。
- ・筋トレと食事によるカラダの引き締めを目標に掲げることで、生活習慣病に興味を持たない層にもアプローチし、カラダ引き締めだけでなく、結果的に生活習慣病のリスク軽減もめざす。

10 事業内容(一部抜粋)

- ・初回面接後のモデル実施期間は、体重腹囲記録用紙に経過を対象者自身が記録し、1ヶ月毎に提出することで、経過を見守る。実績評価時に目標未達成の場合は、追加支援を実施する。
- ・積極的支援対象者に対し、手紙による情報提供支援及び電話支援を2回行う。また、初回面接時の説明において、生活習慣改善を約束することを書面にて健康宣言してもらい、生活習慣改善記録表に目標を定め、3カ月間毎日、体重・歩数等を記録し評価をすることで、期間内の自己意識を高め効果を図る。
- ・腹囲-2cm、体重-2kgを目標とし、運動を専門とする理学療法士による専門トレーニングプログラム(はじめの一步教室)を実施。
- ・活動量計を用いて受講者の基礎体力を個別に評価し、トレッドミル、エルゴメーター、ウォーキング、筋フィットネスを組み合わせた運動処方と、保健師による栄養・食事指導を実施。

2020年度モデル実施計画書の提出内容(概要) (2020年12月18日時点(速報版))

11 評価指標(一部抜粋)

○ 保健指導全体に係る指標

- ・ 特定保健指導実施率
- ・ リピーター率

○ モデル実施の取組における指標

- ・ モデル実施の取組での脱落者なし
- ・ モデル実施の利用者数
- ・ 積極的支援(モデル実施)終了者数(目標達成者率)
- ・ モデル実施による積極的支援に賛同し実施する事業所数
- ・ モデル要件を満たすために要したポイント数

○ モデル実施後の参加者の改善状況による指標

- ・ 保健指導階層変化率(改善率)
- ・ 3ヶ月間減量したまま維持出来た者の割合