



# 特定健康診査等実施計画の策定、健診・保健指導の実施から評価まで保険者の皆さまをサポートいたします

計  
画

## 特定健診等実施計画策定の支援

- 健診・保健指導計画作成のためのデータ分析
- 健診・保健指導計画の立案策定

健  
診

## 健診の実施

- 質問票(服薬歴、喫煙歴等)
- 身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)
- 理学的検査(身体診察)
- 血圧測定
- 尿検査(尿糖、尿蛋白)
- 脂質検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)
- 血糖検査(空腹時血糖またはHbA1c)
- 肝機能検査(GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP)

判  
定

## 保健指導対象者の選定・階層化

- 健診結果・質問票から保健指導が必要な方を選定いたします。

保  
健  
指  
導

## 情報提供

- 生活習慣病の特性や生活習慣の改善に関する基本的な理解を支援いたします。
- 健診結果の提供にあわせて、全員に個別のニーズ、生活習慣に則した情報を提供いたします。



## 動機づけ支援

- 生活習慣の改善が必要な方で、行動変容のための意思決定の支援が必要な方を対象といたします。
- 原則として1回の面接を行い生活習慣の改善に対する個別の目標設定をし、自助努力による行動変容が可能となるような動機付け支援を行います。

## 積極的支援

- 生活習慣の改善が必要な方で、保健師等による継続した支援が必要な方を対象といたします。
- 3ヶ月から6ヶ月程度の期間、複数回のサポートを行い、継続的に生活習慣に対する自らの行動変容を促すアプローチを行います。

## 実施体制

- 保健師等が全国の事業所等を訪問して指導を実施いたします。

評  
価

## 評価

- 6ヶ月後に保健指導の効果に関する個人の評価を行います。
- アウトプット(事業実施量)評価を行います。(実施回数、参加人数)
- アウトカム(結果)評価を行います。(糖尿病などの有病者・予備群の減少率、保健指導の効果)
- プロセス(過程)の評価を行います。