

令和4年5月24日	資料4
第3回 効果的・効率的な実施方法等に関する ワーキング・グループ	

## 特定保健指導の評価体系について

ひと、暮らし、みらいのために



厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

# 特定保健指導の評価の考え方

## 【特定保健指導の目的】

- 生活習慣病予防に対する保健指導の第一の目的は、生活習慣病に移行しないことである。そのための保健指導では、対象者自身が健診結果を理解して体の変化に気付き、自らの生活習慣を振り返り、生活習慣を改善するための行動目標を設定・実践でき、そのことにより対象者が自分の健康に関するセルフケア（自己管理）ができるようになることを目的としている。（「標準的な健診・保健指導プログラム（平成30年度版）第3編第1章より抜粋」）

## 【特定保健指導の評価体系】

- 特定保健指導の目的の達成のためには、保健指導対象者の状態がどのように改善したかが個別の保健指導における主要なアウトカムであり、特定保健指導の評価内容は、このアウトカムに基づき設定されることが望ましい。
- 一方、特定保健指導の対象者の中でも、個別にはアウトカムによる評価がなじまない場合があり、これまで同様の介入量（プロセス）による評価も引き続き必要と考えられる。
- ただし、プロセスによる評価においても、保健指導の目的が達成されるような評価に見直す必要があると考えられる。

# 特定保健指導の評価の見直しの方向性（案）

## 【具体的な評価体系】

### （アウトカム評価）

- アウトカム評価の主要な目的として、モデル事業において2cm,2kgの減少を達成した場合は保健指導終了としてきたことを踏まえ、2cm,2kgを達成した場合は180Pとなることとしてはどうか。
- 2cm,2kgを達成できなかった場合の中間的なアウトカムとして1cm,1kgが考えられる。ただし、1cm,1kgについては測定誤差や一時的な食事量の減少で達成される懸念が指摘されているため、この達成のみでの評価水準には留意が必要ではないか。
- 特定保健指導において調査することとしている「食習慣」、「運動習慣」、「喫煙習慣」、「休養習慣」、「その他の生活習慣」における行動変容について評価することが考えられるのではないか。ただし、行動変容を客観的に把握することが困難な場合があるため、厚労科研において保健指導の質を評価する項目として位置づけられているセルフモニタリング等に基づき、実績評価時に評価することとし、評価水準についても留意が必要ではないか。
- 「禁煙すると体重が増加する」「疾患で体重減少が難しい」といった事例が考えられるが、行動変容を評価することでアウトカム評価とし、プロセス評価と併せて目的を達成できるようにしてはどうか。

## 特定保健指導の評価の見直しの方向性（案）②

### 【具体的な評価体系②】

#### （プロセス評価）

- 保健指導の目的が達成されるようなプロセスを評価するべきである。健診実施日から早期に保健指導を実施することで、実施率の向上や対象者の負担軽減、保健指導効果の向上が期待できるため、早期の保健指導実施を評価してはどうか。
- これまでの評価体系において、時間の配分に応じたポイントが設定されていたため、時間を消費するため内容の伴わない指導となる場合があるという指摘がある。このため、面接の量ではなく質の評価となるよう、時間に比例するのではなく、必要な内容を満たす面接を1回として評価することとしてはどうか。
- また、実績評価時に120ポイント分の保健指導が実施されるなど支援量の大半を実績評価時となっている場合があるとの指摘がある。このため、実績評価前に介入がなされるような評価体系としてはどうか。
- また、支援Aと支援Bの違いが曖昧であり運用上わかりにくいとの指摘があることから、評価手法を支援Aと支援Bの区別なく一本化してはどうか。

# 特定保健指導の実績評価体系（案）

## ①アウトカム評価

- アウトカム評価は実績評価時に一度評価する。
- 主要達成目標：2cm・2kg※・・・180P（条件達成）  
※当該年の健診時の体重の値に、0.024を乗じた体重（kg）以上かつ同体重と同じ値の腹囲（cm）以上減少している
- 中間達成目標：以下のポイントの合計値で上限は90P
  - ・ 1cm・1kg・・・30p
  - ・ 食習慣の改善・・・20p
  - ・ 休養習慣の改善・・・20p
  - ・ 運動習慣の改善・・・20p
  - ・ その他の生活習慣の改善・・・20p
  - ・ 喫煙習慣の改善・・・20p



## ②プロセス評価

- 健診後早期の保健指導（分割実施含む）を評価
  - ・ 健診当日の初回面接・・・20p
  - ・ 健診日1週間以内の初回面接・・・10p
- 初回面接以降は以下を評価
  - ・ 個別（ICT含む）・・・60p
  - ・ グループ（ICT含む）・・・60p
  - ・ 電話・・・30p
  - ・ 電子メール・チャット等・・・20p

## 行動変容の評価のイメージ

下記の内容は例示であり今後、科研などの成果を踏まえて検討

### 【食習慣の改善】

- エネルギーや栄養成分の表示を確認して1日の摂取量を計算するようになった。
- 睡眠前の食事や間食をやめた。

### 【運動習慣の改善】

- 歩数計等で運動習慣を記録し、指導前に比べて運動量を増やした。
- フィットネスジムやランニング等で日常的な運動を始めた。

### 【喫煙習慣の改善】

- 2か月以上禁煙した。

### 【休養習慣の改善】

- 毎日8時間以上睡眠時間が確保するように、早めに就寝するようになった。
- 睡眠を記録し、適切なタイミングで起床するようになった。

### 【その他生活習慣の改善】

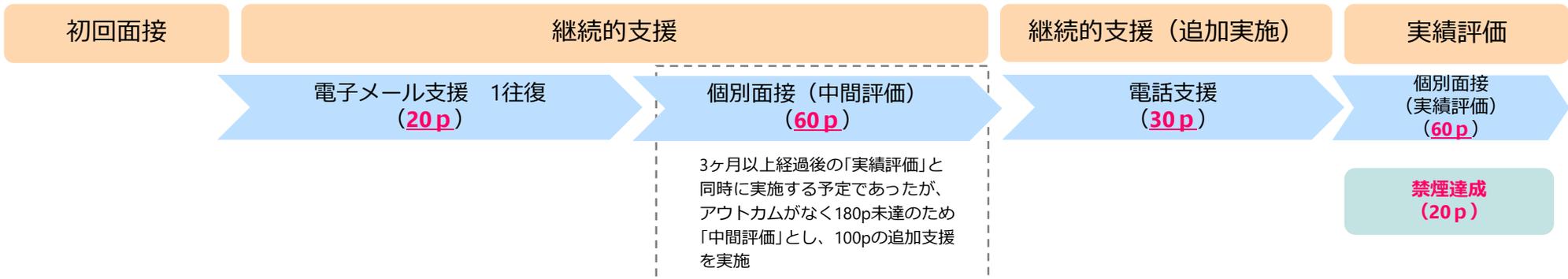
- 毎日血圧を測って記録している。
- 週に2日は飲酒しない休肝日をつくられている。

# 新たな評価体系での達成プロセスでの例

## ●ケース1：実績評価時にアウトカム指標や行動目標を達成



## ●ケース2：2kg2cm目指したが達成せず、追加支援を実施



## ●ケース3：アウトカムが完全に未達成だが、初回分割実施と現行の介入方法で180p達成



# 「見える化」に係る対応方針（案）

## 【見える化の目的】

- 特定保健指導情報の見える化を通じて、保険者が効果的な取り組みを把握でき、保健指導に関する情報分析を通じて保険者が保健指導の取り組み内容を改善することにより、将来的に質の高い保健指導を対象者に還元していくことが必要。

## 【必要な対応（案）】

- 現在は動機付け支援に係る情報は任意である等、必須項目としての情報が少なく、見える化に必要な情報が法定報告において登録されていない。このため、今回の見直しにおいて新たに導入されるアウトカム評価に係る情報のほか、プロセス評価におけるポイントの内訳や、動機付け支援に係る情報、その他必要な情報については収集する必要があるのではないかと。
- 他方、保健指導の具体的内容等の指導に関する詳細な情報を収集する場合、保健指導実施者の負担が増加することへの配慮は必要ではないかと。

## 必須項目として法令報告において収集する情報（案）

- 「見える化」に資するよう、動機付け支援と積極的支援において、以下の情報は新たに法定報告として加えることとしてはどうか。

種類	項目内容
実施年月日	保健指導の実施年月日
タイミング	健診当日の初回面接、健診日1週間以内の初回面接
方法・時間	個別（分）、個別遠隔（分）、グループ（分）、グループ遠隔（分） 電話（分）、電子メール
目標	体重・腹囲、食習慣、運動習慣、喫煙習慣、休養習慣、その他の生活習慣
実施職種	医師、保健師、管理栄養士、看護師、その他
アウトカム	2cm・2kg、1cm・1kg、食習慣の改善、運動習慣の改善、喫煙習慣、休養習慣の改善、その他の生活習慣の改善

## (参考) 特定保健指導の目的

### 【保健指導の目的】

生活習慣病予防に対する保健指導の第一の目的は、生活習慣病に移行しないことである。そのための保健指導では、対象者自身が健診結果を理解して体の変化に気付き、自らの生活習慣を振り返り、生活習慣を改善するための行動目標を設定・実践でき、そのことにより対象者が自分の健康に関するセルフケア（自己管理）ができるようになることを目的とする。なお、生活習慣病有病者に対し、重症化や合併症の発症を予防するための保健指導を行うことも重要である。（標準的な健診・保健指導プログラム3-1抜粋）

## (参考) 特定保健指導の実施方法

特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準第七条第一項及び第八条第一項の規定に基づき厚生労働大臣が定める特定保健指導の実施方法 (平成二十五年三月二十九日)(厚生労働省告示第九十一号)

### 第2 積極的支援の実施方法

#### 2 支援内容及び支援形態

- (1) 積極的支援対象者(実施基準第8条第2項に規定する積極的支援対象者をいう。以下同じ。)積極的支援対象者が、自らの健康状態、生活習慣の改善すべき点等を自覚し、生活習慣の改善に向けた自主的な取組を継続して行うことができる内容とすること。
- (2) 特定健康診査の結果及び食習慣、運動習慣、喫煙習慣、休養習慣その他の生活習慣の状況に関する調査の結果を踏まえ、積極的支援対象者の生活習慣や行動の変化(以下「行動変容」という。)の状況を把握し、当該年度及び過去の特定健康診査の結果等を踏まえ、積極的支援対象者が自らの身体状況の変化を理解できるよう促すこと。
- (3) 積極的支援対象者の健康に関する考え方を受け止め、積極的支援対象者が考える将来の生活像を明確にした上で、行動変容の必要性を実感できるような働きかけを行い、具体的に実践可能な行動目標を積極的支援対象者が選択できるよう支援すること。
- (4) 積極的支援対象者が具体的に実践可能な行動目標について、優先順位を付けながら、積極的支援対象者と一緒に考え、積極的支援対象者自身が選択できるよう支援すること。
- (5) 医師、保健師又は管理栄養士は、積極的支援対象者が行動目標を達成するために必要な特定保健指導支援計画を作成し、積極的支援対象者の生活習慣や行動の変化の状況の把握及びその評価、当該評価に基づいた特定保健指導支援計画の変更等を行うこと。

(略)

- (18) 実績評価は、次に掲げる事項に留意して行うこと。

ア 実績評価は、個々の積極的支援対象者に対する特定保健指導の効果について評価するものであること。

イ 設定した行動目標が達成されているかどうか並びに身体状況及び生活習慣に変化が見られたかどうかについての評価を行うこと。

(略)

## (参考) 第3期の制度での「3ヶ月以上の継続的な支援のポイント構成」

- 保健指導とポイントとの関係は、概ね保健指導を実施した「時間」をポイントに換算するものとなっており、対面、電話、メール等の手段に応じて、ポイントが設定されている。

		支援A	支援B
		<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 行動計画の実施状況等を踏まえ、食事、運動等の生活習慣の改善について実践的な指導等を行うもの。必要に応じて、行動目標、行動計画の再設定を行うもの。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 行動計画の実施状況を確認し、取組を維持するために励ましや賞賛を行うもの。</li> </ul>
対面	個別支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5分間を1単位（1単位＝20ポイント）</li> <li>○ 支援1回当たり最低10分間以上</li> <li>○ 支援1回当たりの算定上限＝120ポイント(30分以上実施しても120ポイント)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5分間を1単位（1単位＝10ポイント）</li> <li>○ 支援1回当たり最低5分間以上</li> <li>○ 支援1回当たりの算定上限＝20ポイント(10分以上実施しても20ポイント)</li> </ul>
	グループ支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 10分間を1単位（1単位＝10ポイント）</li> <li>○ 支援1回当たり最低40分間以上</li> <li>○ 支援1回当たりの算定上限＝120ポイント(120分以上実施しても120ポイント)</li> </ul>	-
電話支援		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5分間の会話を1単位（1単位＝15ポイント）</li> <li>○ 支援1回当たり最低5分間以上会話</li> <li>○ 支援1回当たりの算定上限＝60ポイント(20分以上会話しても60ポイント)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 5分間の会話を1単位（1単位＝10ポイント）</li> <li>○ 支援1回当たり最低5分間以上会話</li> <li>○ 支援1回当たりの算定上限＝20ポイント(10分以上会話しても20ポイント)</li> </ul>
電子メール支援		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1往復を1単位（1単位＝40ポイント）</li> <li>○ 1往復＝特定保健指導実施者と積極的支援対象者の間で支援に必要な情報の共有を図ることにより支援を完了したと当該特定保健指導実施者が判断するまで、電子メール・FAX・手紙等を通じて支援に必要な情報のやりとりを行うことをいう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1往復を1単位（1単位＝5ポイント）</li> <li>○ 1往復＝特定保健指導実施者と積極的支援対象者の間で支援に必要な情報の共有を図ることにより支援を完了したと当該特定保健指導実施者が判断するまで、電子メール・FAX・手紙等を通じて支援に必要な情報のやりとりを行うことをいう。</li> </ul>