

— 特定保健指導の実施率向上等に向けて — 「成果重視型特定保健指導」の 効果的な進め方

第4期特定保健指導の見直しの柱は、「アウトカム評価の導入」、「見える化の推進」、「ICT活用の推進」の3本です。第4期から特定保健指導は、アウトカム評価重視の制度に移行していますが、これは、2cm・2kg減といった成果を出すことによって次年度の健診結果を改善し、結果として特定保健指導対象者（実施率の分母）を減らすことを目的としたものです。

ICTを活用した
支援プログラム
をご提案！
詳しくは中面を
ご覧ください！

成果を重視した特定保健指導＜アウトカム評価＞とは

腹囲2cm・体重2kg減を達成した場合には、保健指導の介入量を問わずに特定保健指導終了とする等、成果が出たことを評価する体系へと見直し。（アウトカム評価の導入）

参考：厚生労働省資料（2022年10月）



Q

成果重視型特定保健指導の
重要ポイントは？



A

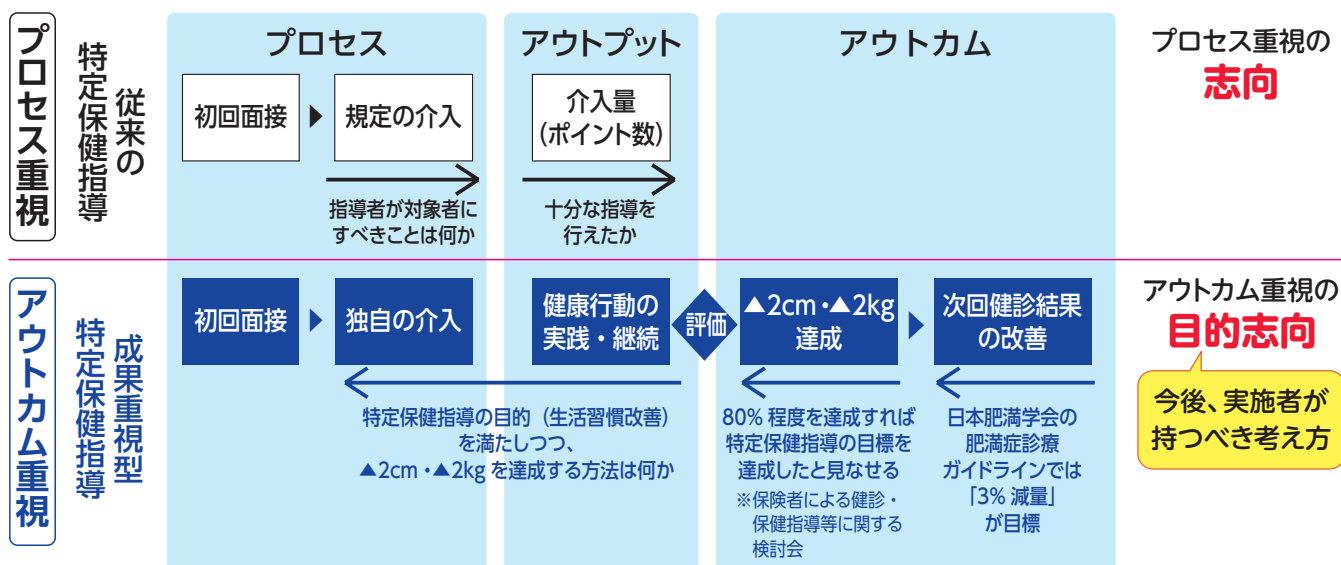
目的志向で後ろから
考えることです



従来の特定保健指導と成果重視型特定保健指導の違い

特定保健指導の例：「プロセス（介入内容）重視」と「アウトカム（成果）重視」

考え方の違い



資料：「成果重視型『保健事業』のあり方セミナー ～PFS採用事例のご紹介～」 インサイツ より改変

第4期特定保健指導の主要達成目標は



株式会社 **社会保険出版社**
https://www.shaho-net.co.jp

お問い合わせ **本社** TEL.03(3291)9841

総機 TEL.052(265)6030 大塚支店 TEL.06(6245)0806 九州支店 TEL.092(413)7407



第4期特定保健指導の主要達成目標は「腹囲2cm・体重2kgの減で180ポイント」に！

<特定保健指導の評価体系のイメージ>

①アウトカム評価

(初回面接から3カ月以上経過後の実績評価時に一度評価する)

主要達成目標

▲2cm・▲2kg※.....180p

※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

▲2cm・▲2kg未達成の場合、対象者の行動変容等を評価

- ・1cm・1kg..... 20p
- ・食習慣の改善..... 20p
- ・運動習慣の改善..... 20p
- ・喫煙習慣の改善(禁煙)..... 30p
- ・休養習慣の改善..... 20p
- ・その他の生活習慣の改善..... 20p

特定保健指導の評価に当たっては、対象者の改善状態や、行動変容を評価することが望ましいことから、成果を重視する「①アウトカム評価」の導入は、特定健診・特定保健指導の本来の目的に合致したものとと言えます。

なお、「①アウトカム評価」を原則としつつも、従来の「②プロセス評価(保健指導実施の介入量)」も併用して評価すべきであるとされています。

②プロセス評価

○継続的支援の介入方法 ()内は最低時間等

- ・個別(ICT含む)..... 70p (10分)
- ・グループ(ICT含む)..... 70p (40分)
- ・電話..... 30p (5分)
- ・電子メール・チャット等..... 30p (1往復以上)

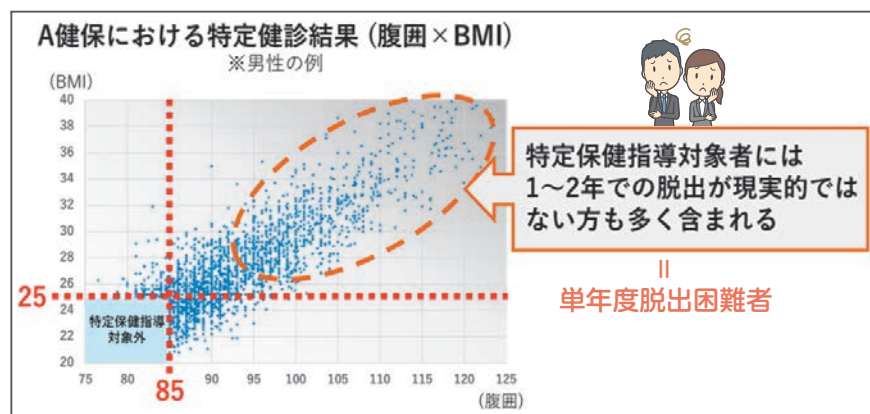
○健診後早期の保健指導(分割実施含む)

- ・健診当日の初回面接..... 20p
- ・健診後1週間以内の初回面接..... 10p

主要達成目標▲2cm・▲2kg未達成の場合、対象者の行動変容等のアウトカム評価とプロセス評価の合計が180P以上の支援を実施することで特定保健指導終了とする。

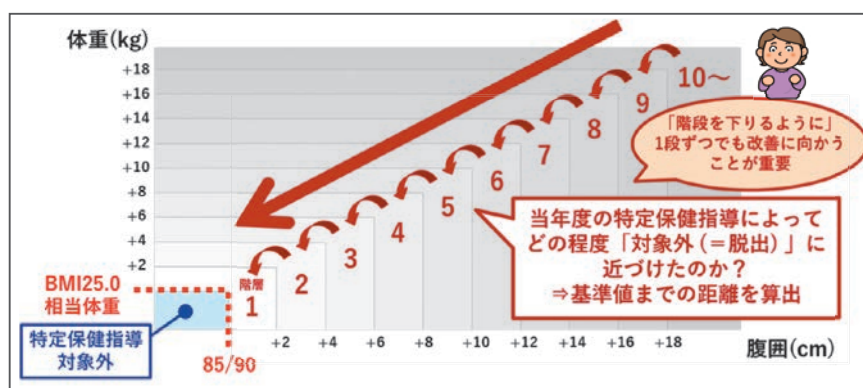
特定保健指導の成果を“見える化”する新たな評価方法

慶應義塾大学とインサイツが、共同研究によって、特定保健指導の成果を“見える化”する新たな評価方法を開発しました。評価方法は、第83回日本公衆衛生学会総会(2024年10月)にて、ICT活用型特定保健指導プログラム(マイナス2・2チャレンジ®)の実績データを用いた評価結果とともに、発表されました。



特定保健指導から脱出するためには、腹囲または体重の減少を目指す減量が重要になりますが、短期間での急激な減量には危険も伴うこともあり、特定保健指導1回(=ある年度)の腹囲・体重の減少幅の目標は「▲2cm・▲2kg」と定められています。つまり、単年度脱出困難者にとっては、**各年度の特定保健指導によって「脱出に向かって▲2cm・▲2kgの階段を1段ずつ下りる」ことが理想**と言えます。

第4期特定保健指導では、その見直しの重要ポイントとして「特定保健指導の見える化の推進」が掲げられており、**国**が定める「見える化」指標だけでなく、**保険者**による独自の分析も推奨されています。



【階層の考え方】
基準値〜+1.9cm・1.9kgまでを「1」、基準値+2cm・2kg〜+3.9cm・3.9kgを「2」、以降同様
【算出方法】
腹囲階層(a)及び体重階層(b)を算出⇒腹囲階層/体重階層のうち値の大きいものを採用

そこで
ご提案!

成果を上げやすく、コストの低減が期待できる

ICTを活用した「マイナス2・2チャレンジ®」

令和6年度から始まった第4期特定健診・特定保健指導に対応!

第3期に導入された「モデル実施」効果検証の結果、腹囲2cm・体重2kg 減の達成者には、翌年の健診結果に改善傾向が認められたこと等を踏まえ、第4期特定健診・特定保健指導では「アウトカム評価」主要達成目標(180P)を、腹囲2cm・体重2kg 減とすることになりました。3カ月で、腹囲2cm・体重2kgの減少を楽しく目指す「マイナス2・2チャレンジ®」は、アウトカム重視・ICT活用を推進する第4期の方針に合致した支援プログラムです。効果的な保健事業の実施に、「マイナス2・2チャレンジ®」の導入を、ぜひご検討ください。

※「マイナス2・2チャレンジ®」は(株)インサイトの登録商標です。



特定保健指導対象者のメリット

- 実施期間中(3カ月)、対象者は **毎週、腹囲と体重を計測し入力、送信するだけ**。
ハードルが低いので、最後まで **脱落せずに継続** できます(達成率52.2% 令和4年度実績)。
- これまで受診していなかった **健康無関心層** にも、**興味をもって参加** していただけます。
- 毎年受けている対象者には、**新たなアプローチとして関心をよせてもらえる** プログラムです。



保険者様のメリット

- 初回面接から「マイナス2・2チャレンジ®」運営まで事務局によるオールインワン。
ご担当者の手間がほとんどかかりません。
- 厚生労働省に提出する **書類作成もサポート** いたします。
- 一人当たりの単価の低減により、**総コストの抑制が実現**します。

<従来の特定保健指導との差は?>

従来の特定保健指導(積極的支援)

1人当たり
約30,000~40,000円+税



ICTを活用した特定保健指導「マイナス2・2チャレンジ®」

1人当たり 19,800円+税

目標: 腹囲2cm減・体重2kg減

令和7年度事業を現在受付中です。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

『マイナス2・2チャレンジ®』・電話による参加勧奨

オプション

利用率向上のために、電話勧奨を承ります!!

利用券・サービス案内
チラシ発送後のよく
あるパターン

「担当者」

参加者

電話勧奨を
したいけれど
時間がない!

マンパワーが
足りない...

受けたくない
忘れていた

内容がよく
分からないし
面倒



サービス案内を発送後に、コールセンターにより電話勧奨を行うことで、様々な理由で返信のない対象者に対して、アプローチします。利用率の向上のために、導入をぜひご検討ください(別途料金)。

「医療DX」に基づいた保健事業推進支援 オンラインセミナーのご案内

参加
無料

骨太方針 2024 において、医療データを活用し、医療のイノベーションを促進するため、必要な支援を行いつつ、政府を挙げて医療・介護 DX を確実かつ着実に推進しています。

そこで弊社では、女性特有の健康課題に向けた取り組みや、各種検診受診率向上に対する環境整備事業保健事業の取り組み等をご提案いたします。

オンラインセミナーの概要



内容

- 性差に応じた健康支援（女性特有の健康課題の紹介／動画）
- 市町村が実施するがん検診の受診勧奨
- 「マイナス2・2チャレンジ®」
- 「電話利用勧奨」

開催日程 令和7年 5月下旬／6月下旬／9月下旬／10月下旬／12月または1月下旬

時 間 13：30～15：00 予定

参加方法 ZOOMミーティング

定 員 100名(申込先着順)

主 催 (株)社会保険出版社・(株)インサイト 他

講演について

セミナー第一部では、専門家をお招きしてさまざまなテーマでご講演いただいております。

過去の講演テーマと講師

- なぜあの人は行動しない？ ナッジで受診へ動かす
＜講師＞ 竹林 正樹 氏(青森大学 社会学部 客員教授)
- 成果につながる保健事業について Welby「みなし健診」
＜講師＞ 河原 章 氏(元日本保健指導協会代表理事 (株)Welby 取締役)

オンラインセミナーに参加された方の声

- まだ知識が絶対的に不足しているので参考になりました。現状では特定健診・特定保健指導ともに受診率が低いので、何かヒントになるものがあればと思い参加しました。
- 年々、特定保健指導の対象者でリピーター率が高くなっていますので、マンネリ化対策も兼ねて、今後検討していきたいと思っています。
- 特定保健指導実施率が上がり、費用も抑えることができるのなら、実施しない理由がないと思いました。

お気軽にお問い合わせください。オンラインセミナー参加についての詳細をご案内いたします。

- 第4期特定健診・特定保健指導の現状について知りたい
 - ICTを活用した特定保健指導プログラムについて知りたい
 - 『マイナス2・2チャレンジ®』に興味がある 等
- 参加対象者／保健事業に携わること担当者等



まずはお気軽にお問い合わせください！

資料をお届けするなど、幅広く対応いたします。



本 社 TEL. 03-3291-9841

大 阪 支 局 TEL. 06-6245-0806

名古屋 支 局 TEL. 052-265-6030

九 州 支 局 TEL. 092-413-7407



株式会社 **社会保険出版社**

<https://www.shaho-net.co.jp> 社会保険出版社 検索

本 社 東京都千代田区神田猿樂町1-5-18 千代田ビル 〒101-0064
Tel.03-3291-9841(代) Fax.03-3291-9847
名古屋支局 名古屋市中区丸の内3-6-11 レインボー丸の内 〒460-0002
Tel.052-265-6030 Fax.052-265-6070
大阪支局 大阪府中央区博労町4-7-5 本町TSPビル 〒541-0059
Tel.06-6245-0806 Fax.06-6245-0805
九州支局 福岡市博多区博多駅前3-27-24 博多タナカビル 〒812-0011
Tel.092-413-7407 Fax.092-413-7417



「プライバシーポリシー（個人情報保護方針）」および「個人情報の利用目的」につきましては、弊社ホームページをご参照ください。

(B38074)