

令和5年8月30日

事業主 殿

倉庫業健康保険組合

令和5年度 特定保健指導の実施について

時下、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。また日頃、組合の事業につきましては格別のご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、組合では医療費適正化事業の一環として、健康診断の結果から生活習慣の改善により生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対し、下記のとおり特定保健指導を実施いたします。

事業実施にあたり、多くの事業場および対象者の方にご利用していただけるよう、利便性を高めているところですが、特定保健指導を効率的かつ円滑に実施するためには、対象の方に勤務時間内での面談等の実施をお願いせざるを得ない状況もあり、事業主・事業場担当者の方のご理解・ご協力を得ながら実施していくことが不可欠となります。

つきましては、業務ご多忙とは存じますが、対象の方が一人でも多くご利用いただけますよう、お取り計らい方お願い申し上げます。

記

1. 特定保健指導とは

特定保健指導は、特定健康診査（※）の結果メタボリックシンドローム該当者・予備群とみなされた方の生活習慣病の発症を予防するため、健康保険組合に義務づけられた事業です。生活習慣病は、食生活や運動習慣、喫煙、飲酒などの長年の生活習慣が要因となって、自覚症状がほとんどないまま進行し、心筋梗塞や脳卒中、糖尿病合併症等の発症に関与します。

特定保健指導では、対象の方に保健師等の専門スタッフが面談を行い（初回面談）、面談をとおして生活習慣における自身の課題に気づき、改善のための行動計画に継続的に取り組んでいただくことを目的とします。

※組合で実施する健診はすべて、国が定める特定健康診査の検査項目を含んでいます

2. 対象者

40歳以上（昭和59年3月31日以前に生まれた方）の被保険者・被扶養者の方で、組合で実施している健康診断結果により、特定保健指導実施の対象に該当した方。選定方法については【参考】をご参照ください。

※『特定保健指導対象者一覧表』は令和5年度の健診結果登録情報に基づき、別途送付いたします

3. 保健指導レベルについて

特定保健指導対象者は、生活習慣病の発症リスクに応じて、(1) 動機づけ支援 (2) 積極的支援 (3) 動機づけ支援相当の3つのグループに分けられます。各グループの詳細につきましては以下のとおりです。選定方法の詳細につきましては【参考】をご参照ください。

(1) 動機づけ支援

保健師・管理栄養士と面談（初回面談）を行い、生活習慣改善のための取り組みに係る動機づけを行います。面談では行動計画を策定し、対象者の方が生活習慣の改善に向けた自主的な行動に移り、その生活が継続できることを目指します。

【支援内容】：初回面談1回

※保健師等の判断により、必要に応じてメール・電話・手紙等による支援を1～3回実施

【実績評価】：初回面談から3～6ヶ月後、アンケート等で健康状態や生活習慣の改善状況を伺います。

(2) 積極的支援

保健師・管理栄養士と面談（初回面談）を行い、その後も生活習慣の改善のため、対象者が主体的な取り組みに資する適切な働きかけを相当な期間継続して行います。面談では行動計画を策定し、対象者の方が生活習慣の改善のための目標達成に向けた行動に取り組み、プログラム終了後にも、その生活が継続できることを目指します。

【支援内容】：初回面談1回、再面談1回※、継続支援4～6回

※再面談は保健師等の判断により必要に応じて実施します

【実績評価】：初回面談から3～6ヶ月後、アンケート等で健康状態や生活習慣の改善状況を伺います。

(3) 動機づけ支援相当

2年連続して積極的支援に該当した対象者のうち、以下の要件を全て満たした者については、動機づけ支援と同等の支援を実施することで特定保健指導を終了したとみなします。

- ① 前年度に積極的支援に該当し、支援を終了した者
- ② 当該年度の特定健診の結果が、前年度に比べて以下に該当するもの
 - ・ BMI < 30 腹囲 1.0cm 以上かつ体重 1.0kg 以上減少している者または
 - ・ BMI ≥ 30 腹囲 2.0cm 以上かつ体重 2.0kg 以上減少している者※BMI に代えて体重で判別する場合は、「体重 85kg 以上」とする

【支援内容】：初回面談1回

※保健師等の判断により、必要に応じてメール・電話・手紙等による支援を1～3回実施

【実績評価】：初回面談から3～6ヶ月後、アンケート等で健康状態や生活習慣の改善状況を伺います。

※初回面談・継続支援の実施方法につきましては、委託する保健指導実施機関により異なりますので、予めご承知おきください。

4. 初回面談の実施方法

特定保健指導ではまず、積極的支援・動機づけ支援ともに、組合が委託する実施機関の保健師等と初回面談を行っていただきます。初回面談では、生活習慣の改善プランを策定し、その後、対象者ご自身で生活習慣の改善に取り組んでいただきます。初回面談の実施方法については以下のとおりです。

初回面談は必ず対面で実施する必要があります（遠隔での実施は認められていません）、委託機関との契約の都合上、多くの場合、勤務時間内での初回面談の実施をお願いせざるを得ない状況にあります。また、初回面談後の継続支援（電話・メール、手紙等のやりとり）につきましても、勤務時間内に実施する場合があります。業務ご多忙とは存じますが、ご理解の上、従業員の皆さまの健康管理の一環として是非ともご協力いただきますようお願い申し上げます。

【初回面談所要時間の目安】：個別面談20分以上（遠隔の場合は30分以上）
グループ面談80分以上（1グループおおむね8人以下）

【継続支援所要時間の目安】：電話 1回5～20分まで

（1）被保険者の方

訪問面談とオンライン面談の選択制です。実施する事業場（支店・営業所）ごとにご希望の実施方法を選択してください。同じ事業場（支店・営業所）に複数の対象者がいる場合、実施方法は統一してさせていただきますようお願いいたします。それぞれの実施方法の詳細は以下のとおりです。

※業務の都合上、事業所での一括面談が困難な場合については、個別での実施も可能ですので、組合までお問い合わせください

①訪問（一括面談）

保健師・管理栄養士などの専門家が、対象者がお勤めの事業所に直接訪問して初回面談を行います。会議室等、面談ができる場所の確保をお願いします。

実施日：平日のみ

面談開始時刻：9：30～16：10

②訪問（個別面談）

保健師・管理栄養士などの専門家が、対象者がお勤めの事業所やご指定頂いた場所に直接訪問して初回面談を行います。事業所にて行う場合、会議室等や面談ができる場所の確保をお願いします。

実施日：年末年始をのぞき全日実施可能

面談開始時刻：9：00～17：30

③オンライン面談

委託機関より貸し出されるタブレット端末を使用して、保健師・管理栄養士等の専門家と遠隔で初回面談を行います。Wi-Fi 環境は必要ありません。

実施日：年末年始をのぞき全日実施可能

面談開始時刻：9:00～18:00

※事業所が所有する端末を使用しての遠隔面談も可能ですので、ご希望の場合は組合にお問い合わせください

④健診当日に健診機関にて実施

表1の医療機関で健診(※)をご受診された40歳以上の被保険者の方で、特定保健指導の対象となられた方につきましては、受診日当日に健診機関にて特定保健指導の初回面談を実施しております。

※組合が実施しているすべての健診コース

表1：健診受診日当日に初回面談を実施している医療機関一覧

	医療機関名
1	一般財団法人日本健康管理協会 新宿健診プラザ
2	日本橋センター
3	新宿西口センター
4	レディース新宿
5	池袋センター
6	横浜西口センター
7	医療法人社団善仁会
8	総合健診センターヘルチェック
9	レディース横浜
10	ファーストプレイス横浜
11	川崎センター
12	横濱ゲートタワー
13	大宮センター
13	医療法人社団せいおう会 鷺谷健診センター

(2) 被扶養者の方

春季・秋季会場別婦人生活習慣病健診をご受診の方で、特定保健指導の対象となった方に、東振協保健指導支援センターよりご自宅に特定保健指導のご案内が届きます。お近くの契約医療機関にて、医療機関の保健師・管理栄養士等専門家と初回面談を実施してください。

5. 実施手順

【被保険者】

(1) 特定保健指導対象者一覧表の送付《組合 → 事業所》

9月以降、健診結果が概ね登録された事業所から順に、「特定保健指導対象者一覧表」を別途発送いたします。

※健診受診日に医療機関にて初回面談を実施した方につきましては、事業所への通知はありません

(2) 調査票の提出《事業所 → 組合》 **毎月10日締め切り**

対象者一覧とともに「特定保健指導実施調査票」を送付いたします。対象者の勤務する事業場（支店・営業所）ごとに調査票を作成し組合へご提出ください。事務処理の都合上、**初回面談実施希望月の前月10日までに組合着にてご返送ください**ますようお願いいたします。また、調査票は組合 HP「その他保健事業に関する書式」からダウンロードできます。

(3) 実施機関の決定《組合 → 実施機関》

組合にて委託する実施機関を決定し、対象者のデータを送付いたします。

(4) 実施機関からの連絡 《実施機関 → 事業所》

実施機関より、調査票に記載されている事業所ご担当者様宛に、初回面談の実施に向けたご連絡をさせていただきます。打ち合わせのうえ実施日を決定してください。

(5) 初回面談実施の準備《事業所》

貴事業所内の会議室等、面談できるスペースの確保をお願いします。オンラインにて実施する場合におきましても、プライバシー保護のため周りに話声の聞こえない場所の設定をお願いいたします。

※面談スペースが確保できない場合につきましては、別途ご相談ください。

(6) 初回面談の実施

事前に取り決めたスケジュールの通り面談を実施します。

(7) 継続支援（積極的支援の方のみ）《実施機関 → 対象者》

面談後、3～6ヶ月にわたり保健師等が、直接健康づくりをサポートいたします。継続支援の実施方法につきましては、電話・手紙・メール・ICT など委託する実施機関により異なります。また、**電話の応答・メールの返信が無い等、連絡が途絶えてしまった方につきましては、組合から事業所担当者へ継続実施していただくためのご連絡をする場合がございます**のでご対応のほどよろしくをお願いします。

厚生労働省の手引きにより、積極的支援の方には特定保健指導の期間内に電話、電子メール、手紙などの支援を組み合わせるとして180ポイント以上（電話は5分あたり15P・1回あたりの算定上限60P、メール・手紙は返信をもって1回40P）実施することとなり、これをクリアしないと特定保健指導が終了したとはみなされません。継続支援も含めて、最後までの実施をお願いいたします。

(8) アンケートの送付

3～6ヶ月後、対象者へ健康状態や生活習慣の改善状況を伺うアンケートをお送りいたしますので、必ずご回答ください。

【被扶養者の場合】

- (1) 特定保健指導のご案内の送付《東振協保健指導支援センター→ご自宅》
春季・秋季会場別婦人生活習慣病健診をご受診の方で、特定保健指導の対象となった方に、東振協保健指導支援センターよりご自宅に特定保健指導のご案内が届きます。
- (2) 申込書の提出《対象者→東振協保健指導支援センター》
申込書に必要事項を記入し、東振協保健指導支援センターへご返送ください。また、初回面談実施医療機関を、東振協 HP 「特定保健指導委託機関一覧」 より選択してください。
- (3) 日程の調整《実施医療機関→対象者》
(2) で選択した医療機関より、申込書に記載のあった連絡先にご連絡をいたしますので、初回面談の実施日を調整してください。
- (4) 初回面談の実施
医療機関にて、保健師または管理栄養士が初回面談を実施します。
- (5) 継続支援（積極的支援の方）《東振協保健指導支援センター → 対象者》
初回面談は医療機関にて行いますが、継続支援につきましては東振協保健指導支援センターの保健師・管理栄養士が、電話・メール・手紙等にて実施いたします。
※被扶養者につきましても、途中連絡が途絶えた場合、事業所担当者へ確認の連絡をする場合がございます。

6. 実施機関

初回面談の実施方法に応じて以下の会社に委託いたします。

表 2：実施機関一覧

対象者	実施機関	実施方法	
		初回面談	継続支援
被保険者	● SOMPOヘルスサポート株式会社 〒101-0063 東京都千代田区神田淡路町1-2-3 TEL：03-5209-8500 URL：http://www.sompo.rc.co.jp	訪問 オンライン	電話 ICT
	● 株式会社法研 〒104-8104 東京都中央区銀座1-10-1 法研ビル TEL：03-3562-8420 URL：http://www.sociohealth.co.jp	訪問	電話 メール
	● 株式会社カルナヘルスサポート 〒810-0054 福岡県福岡市中央区今川1-25-12 TEL：050-5306-1092 URL：http://www.carnahealth.co.jp/	オンライン	手紙

対象者	実施機関	実施方法	
		初回面談	継続支援
被保険者	<ul style="list-style-type: none"> ●一般財団法人日本健康管理協会 新宿健診プラザ 〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町2-3-18 TEL: 03-3207-1111 URL: http://nikkenkyo.or.jp 	健診当日 医療機関にて実施	電話 メール
	<ul style="list-style-type: none"> ●医療法人社団善仁会 総合健診センターヘルチェック 〒220-0011 神奈川県横浜市西区高島2-5-12 横浜DKビル6階 TEL: 045-440-0282 URL: http://nikkenkyo.or.jp 		電話 メール
	<ul style="list-style-type: none"> ●医療法人社団せいおう会 鶯谷健診センター 〒110-0003 東京都台東区根岸2-19-19 TEL: 03-3873-9161 URL: http://www.seiokai.jp 	医療機関にて実施	電話
被扶養者	<ul style="list-style-type: none"> ●東振協保健指導支援センター 〒130-0014 東京都墨田区亀沢1-7-3 東京都ニット健保会館4階 TEL: 03-5611-3255 URL: http://nikkenkyo.or.jp 	医療機関にて実施	電話 メール 手紙

7. 費用の負担

被保険者・被扶養者ともに、**特定保健指導費用の全額を健康保険組合で負担します。**

ただし、対象の方が面談会場へ向かう際の交通費、及び対象の方が実施経過の報告を行なう際の電話やメールの通信費用は自己負担となります。

8. 後期高齢者支援金への加減算制度について

健康保険組合は、後期高齢者医療制度を支える費用として「後期高齢者支援金」を毎年国へ拠出しています。その金額は「**特定健診・特定保健指導の実施率に応じて**加算・減算される仕組みになっており、その加算率は段階的に引き上げられています。(表3参照)

当組合の令和3年度の特定保健指導の実施率(※)は加算の対象ではありませんが、仮に実施率が5%を下回り、後期高齢者支援金が加算されることとなれば、組合の財政圧迫へとつながります。つきましては、組合を取り巻く状況をご賢察いただき、特定保健指導の対象となられた方には実施いただきますようお願いいたします。

※当組合の特定保健指導実施率：令和元年度 12.2% 令和2年度 8.6% 令和3年度 14.6%

表 3：実施率に応じた段階的な加算率

総合健保 特定保健指導 実施率	加算率		
	令和 3 年度 (令和 2 年度実績)	令和 4 年度 (令和 3 年度実績)	令和 5 年度 (令和 4 年度実績)
0.1%未満	5.0%	10%	10%
0.1%以上～ 1%未満	1.0%	3.0%	
1%以上～ 1.5%未満		4.0%	
1.5%以上～ 2.5%未満		2.0%	3.0%
2.5%以上～ 3.5%未満	0.5%	1.0%	2.0%
3.5%以上～ 5%未満		0.5%	1.0%

9. 組合健診、未利用事業所における健診結果提出のお願い

特定保健指導は、特定健診の検査結果をもとに対象者を抽出し実施いたします。組合で用意している健診は、義務付けられた特定健診の検査項目と同等、もしくはそれ以上の項目で実施しているため、40歳以上の被保険者・被扶養者の方が組合の健診を受診する際は、全て特定健診とみなして実施しております。

しかしながら、現在、組合の健診を利用せず、独自に健康診断を実施している事業所におかれましては、組合に特定健診の結果が無いため、特定保健指導が実施できない状況となっております。つきましては、事業所独自に実施した健康診断の結果（40歳以上の方）を組合へご提供いただきますようお願いいたします。

なお、健診結果の提出につきましては、年度当初にご案内いたしました「令和5年度 健診の実施について」の『特定健康診査の検査結果提供に係る事務処理手数料支給申請書』（健診申込書様式⑤-1・2）に必要書類を添付のうえ、ご申請くださいますようお願いいたします。

10. 個人情報の取り扱いについて

組合が実施する特定保健指導の利用にあたっては、以下の個人情報の取り扱いについてご了承いただいたものとさせていただきます。

- (1) 特定保健指導の指導内容の記録については、「高齢者の医療を確保する法律」に基づき、所定の期間、組合において管理・保存します。なお、プライバシーの保護上、個別の指導結果を事業所に対し報告することはありません。
- (2) 特定保健指導実施申込書及び対象者一覧表に記載された個人情報は、特定保健指導を実施するためのみに利用することとし、業務を委託する以外、第三者へは提供いたしません。

11. その他

ご不明な点などございましたら、組合保健事業課（TEL 03-3642-8436）までご連絡ください。