

令和7年8月27日

事業主 殿

倉庫業健康保険組合

令和7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の方に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、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、一人でも多くの方にご利用いただきますよう、お取り計らい方お願い申し上げます。

今年度より、特定保健指導対象の方へ案内する時期を一部変更して実施しますので、「6. 実施手順」をご確認ください

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。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）、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。

対象の方が自らの生活習慣を振り返り、改善することで、生活習慣病発症のリスクが軽減され、健康の増進、医療費の抑制が期待できます。また、事業主様におかれましても休職や離職の抑制による生産性の向上等が期待できます。

（※）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61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【別紙①】をご参照ください。

※『特定保健指導対象者一覧表』は令和7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【別紙①】。各グループの詳細につきましては以下のとおりです。

（１）動機づけ支援

対象者への支援により、自身の生活習慣の改善点・伸ばすべき行動に気づき、生活習慣改善のための行動目標を自ら設定でき、保健指導後、対象者がすぐに実践・継続できるような動機づけとなることを目指します。

【支援内容】：初回面談１回

※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ヶ月以上経過後、面接または通信（電話・メール・手紙・チャット等）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

「動機づけ支援」に加えて、定期的・継続的な支援により、生活習慣の改善のための行動目標を設定し、目標達成に向けた実践（行動）に取り組みながら、保健指導終了後には、その生活が継続できることを目指します。

【支援内容】：初回面談を行い、その後、３か月以上の継続的な支援を行う

【実績評価】：主要目標を「腹囲 2 c m ・体重 2 k g 減」とし、初回面接から３か月以上経過後の実績評価時にこれを達成した場合には、保健指導の介入量を問わずに終了となります。また、「腹囲 2 c m ・体重 2 k g 減」に達していない場合でも、３か月以上の継続支援を受け、生活習慣病予防につながる行動変容がみられる場合は終了となります。

（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

【実績評価】：初回面談から３ヶ月以上経過後、面接または通信（電話・メール・手紙・チャット等）で健康状態や生活習慣の改善状況を伺います。

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

【継続支援所要時間の目安】：電話 最低5分以上

（1）被保険者の方

初回面談の実施方法は以下のとおりです。ご希望の実施方法を選択してください。希望する初回面談の実施方法に応じて、組合で委託する実施機関を決定いたします。

①訪問面談

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対面で初回面談を行います。事業所にて行う場合、会議室等面談ができる場所の確保をお願いします。

②オンライン面談

事業所や対象者本人が所有する端末を使用して、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。使用する面談ツールはZ o o mです。ビデオ通話では多くのデータ通信が発生することから、Wi-Fi 環境下での実施を推奨しています。

③オンライン面談（タブレット貸出）

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。

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	医療法人社団善仁会 総合健診センターヘルチェック	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		横浜東口センター
8		レディース横浜
9		ファーストプレイス横浜
10		川崎センター
11		横濱ゲートタワー
12		大宮センター
13		渋谷アクシュ
14	医療法人社団せいおう会 鶯谷健診センター	

(2) 被扶養者の方

被扶養者の方の特定保健指導の通知はすべて自宅宛てに送付し、申し込みは原則対象者ご自身で行っていただきます。

①契約医療機関での実施

春季・秋季会場別女性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は、お近くの契約医療機関にて、保健師・管理栄養士等専門家との初回面談を実施していただけます。

②オンライン面談

対象者本人が所有する端末を使用して、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。ビデオ通話では多くのデータ通信が発生することから、Wi-Fi 環境下での実施を推奨しています。

5. 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。

●SOMPO ヘルスサポート 株式会社

所在地		〒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	
初回面談	実施方法 実施日・面談開始時刻	訪問(一括面談)	平日のみ 9:30～16:10
		訪問(個別面談)、オンライン面談	年末年始を除き全日実施可能 9:00～17:30
継続支援実施方法		電話・ICT	

●株式会社カルナヘルスサポート

所在地		〒810-0054 福岡県福岡市中央区今川1-25-12
TEL		050-5306-1092
URL		http://www.carnahs.co.jp/
初回面談	実施方法	オンライン面談(タブレット貸出)
	実施日・面談開始時刻	年末年始を除き全日実施可能 9:00~18:00
継続支援実施方法		手紙

●RIZAP 株式会社

所在地		〒160-0023 東京都新宿区西新宿8-17-1 住友不動産新宿グランドタワー36F
TEL		-
URL		https://business.rizap.jp/service/hoken/
初回面談	実施方法	オンライン面談
	実施日・面談開始時刻	平日 9:00~20:00 土曜日 9:00~18:00
継続支援実施方法		ICT

●株式会社法研

所在地		〒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
初回面談	実施方法	訪問(一括面談)、オンライン面談
	実施日・面談開始時刻	平日のみ 9:20~16:20
継続支援実施方法		電話・メール・手紙

●東振協保健指導支援センター

所在地		〒130-0021 東京都墨田区緑1-11-2 両国M-1 Garden 4階
TEL		03-5611-3251
URL		http://www.toshinkyo.or.jp
初回面談実施方法		医療機関にて実施
継続支援実施方法		電話・メール・手紙

●一般財団法人日本健康管理協会 新宿健診プラザ

所在地		〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町2-3-18
TEL		03-3207-1111
URL		http://nikkenkyo.or.jp
初回面談実施方法		健診当日に実施
継続支援実施方法		電話・メール

●医療法人社団善仁会 総合健診センターヘルチェック

所在地		〒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://www.health-check.jp
初回面談実施方法		健診当日に実施
継続支援実施方法		電話・メール

●医療法人社団せいおう会 鷺谷健診センター

所在地	〒110-0003 東京都台東区根岸2-19-19
TEL	03-3873-9161
URL	http://www.seiyoukai.jp
初回面談実施方法	健診当日に実施
継続支援実施方法	電話

6. 実施手順

(1) 特定保健指導対象者一覧表の送付《組合 → 事業所》

健診結果が概ね8割登録された事業所および、**10月末までに健診結果が登録された事業所へ「特定保健指導対象者一覧表」を別途送付いたします。その後は随時送付いたします。**

※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) 申込書の提出《事業所 → 組合》 **毎月10日締め切り**

対象者の勤務する事業場（支店・営業所）、初回面談の実施方法ごとに「様式①-1 特定保健指導実施申込書」「様式①-2 特定保健指導実施申込者名簿」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、申込書は組合 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》

希望する初回面談の実施方法等に応じて、組合にて委託する実施機関を決定いたします。

(4) 初回面談の日程調整 《実施機関 → 事業所》

実施機関より、申込書に記載されている連絡先に、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) 初回面談の実施《事業所》

貴事業所内で実施する場合、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。

(6) 継続支援（積極的支援の方のみ）《実施機関 → 対象者》

面談後3ヶ月以上の期間、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、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ご連絡をいたしますのでご対応のほどよろしくお願いいたします。

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、及び対象の方が自身の端末を使用してオンライン面談や実施経過報告を行った際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います。**（表2参照）

当組合の令和4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、後期高齢者支援金に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3年度 14.6% 令和4年度 13.9% 令和5年度 13.6%

表2：実施率に応じた段階的な加算率

総合健保	加算率
特定保健指導 実施率	令和6年～令和8年 (令和5年度～令和7年実績)
1%未満	10.0%
1%以上～ 2.5%未満	5.0%
2.5%以上～ 3.5%未満	2.5%
3.5%以上～ 5%未満	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7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ください。

- (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。