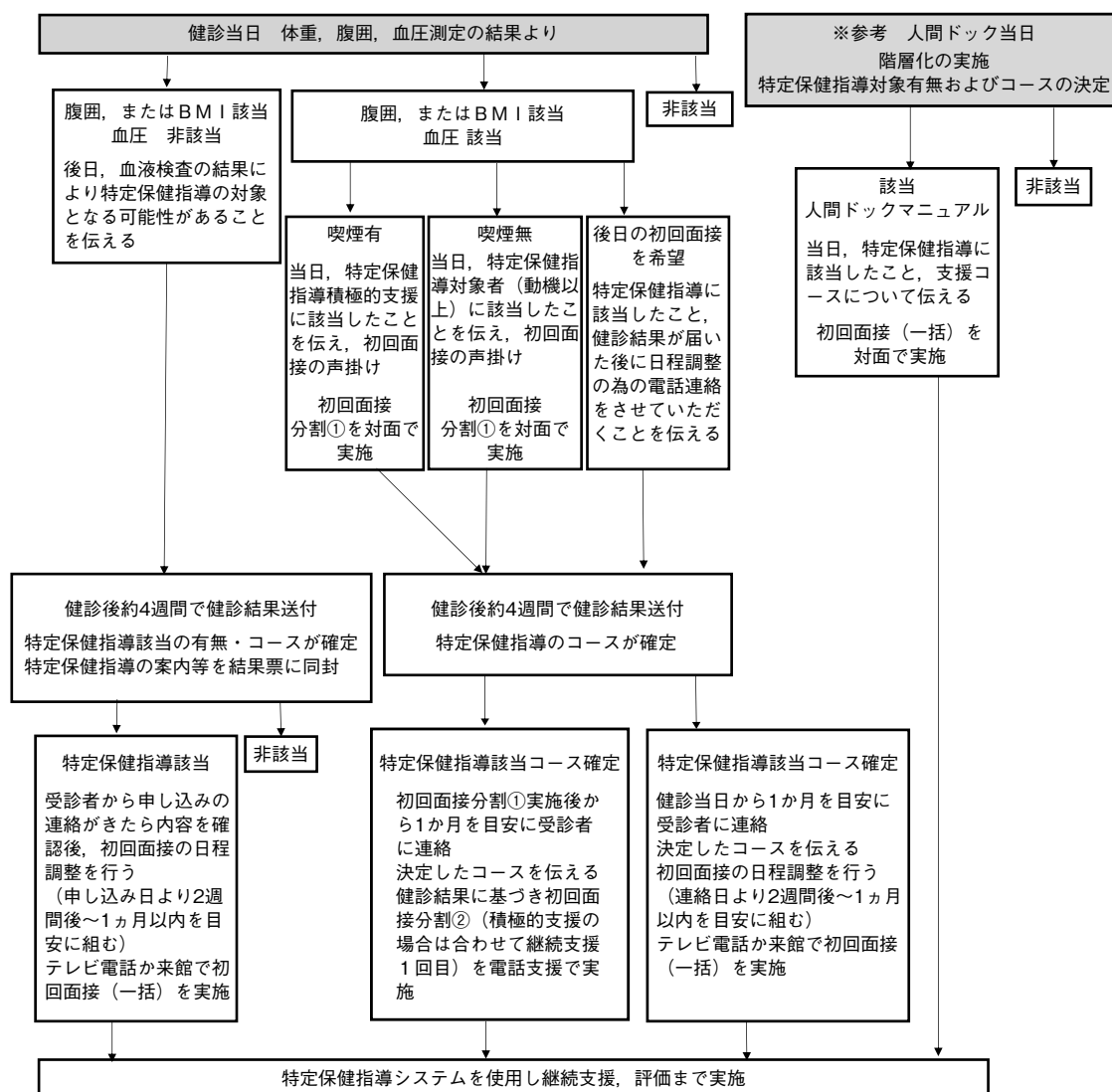


保健指導事業

特定保健指導実施の流れ

健診～初回面接～継続・評価



保健指導の実施成績

東京都予防医学協会健康増進部

はじめに

東京都予防医学協会(本会)では「健康寿命の延伸」を理念に掲げ、さまざまな健康づくりを支援する活動を行っている。一人でも多くの都民が、元気に健やかに過ごせるための健康維持増進が重要であると考え、継続的に保健指導・健康教育を行った。その結果を以下に報告する。

2023年度の保健指導の実施数と内訳

2023(令和5)年度の実施数を表1に示した。また実施数の推移を、個別保健指導(図1)、集団保健指導(図2)に分けて示した。

実施数の内訳は、個別保健指導実施総数9,951人のうち、健診事後2職種一体型生活習慣改善保健指導(a)が328人(3.3%)、健診事後1職種型生活習慣改善保健指導(b)が346人(3.5%)、健診時・人間ドック時保健相談(c)が

8,338人(83.8%)、特定保健指導(d)が581人(5.8%)、その他(e)が358人(3.6%)であった。

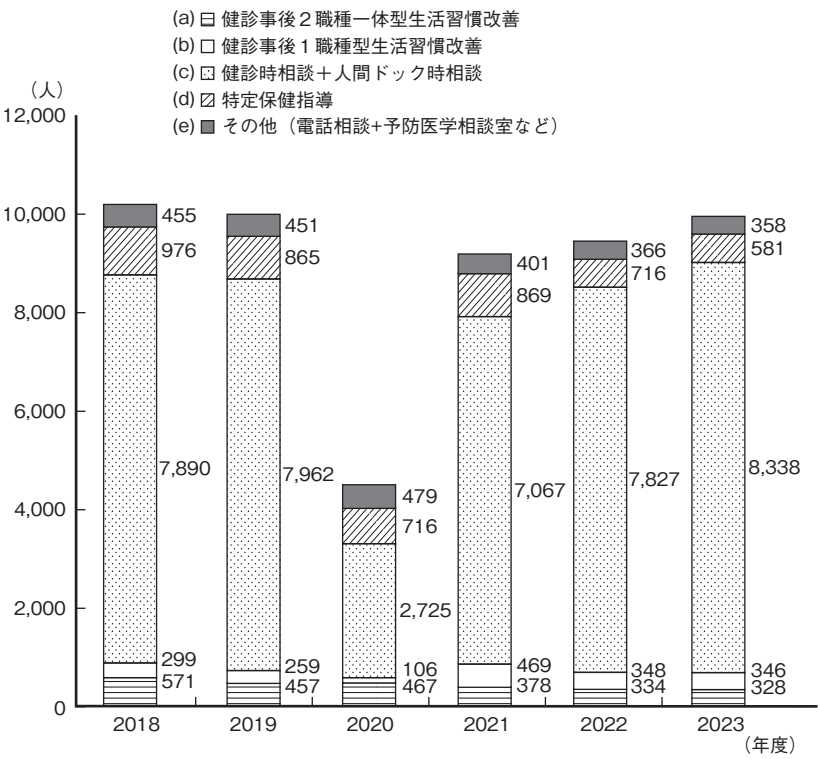
(注)a:保健師、管理栄養士、健康運動指導士のうち、いずれか2つの専門職が指導にあたる。1人あたり40分前後となる形式

b:保健師、管理栄養士のいずれかが指導にあたる。1人あたり20～30分となる形式

c:健診または人間ドックの一連の流れの中で、保健師、管理栄養士、健康運動指導士のいずれかによる個別保健相談。1人あたり10～20分程度

d:1人の保健師が初回面接から最終評価までを担当して支援にあたる。一部のプログラムでは、管理

図1 個別保健指導実施数推移(外来栄養除く)



栄養士が受診者の食事分析を行い、食事診断結果票を作成し、それに基づき保健師が食事指導を行う

e：電話相談などを指す

特定保健指導は初回面接を実施した668人中、資格喪失（退職などによる医療保険者間の異動）となった8人と、途中終了者79人を除いた581人（継続率88.0%）を実施数とした（図3）。集団指導実施総数は1,209人であった。

2023年度の個別保健指導は2022年度と比べ微増となった。特定保健指導の総実施数は1割程度減少した。全体の約3割が保健指導や健康相談において、テレビ電話等を活用した遠隔面談となった。

集団指導は、コロナ禍以前に実施していた対面型の集団指導の再開により、447人増加となった。オンデマンド型の要望も増えており、動画を活用した健康情報の提供も行った。

本稿では、2023年度から開始した、特定保健指導の健康診断当日初回分割面接（来館型）の取り組み、健康経営® 推進支援の取り組みの2点を報告する。

特定保健指導 健康診断当日初回面接（分割実施，来館型）の取り組み

特定保健指導の実施率向上に向け、初回面接を健康診断日当日に実施することを国は推奨している。本会では2012（平成24）年4月から人間ドック受診日当日の特定保健指導初回面接を実施していた

図2 集団保健指導実施数推移

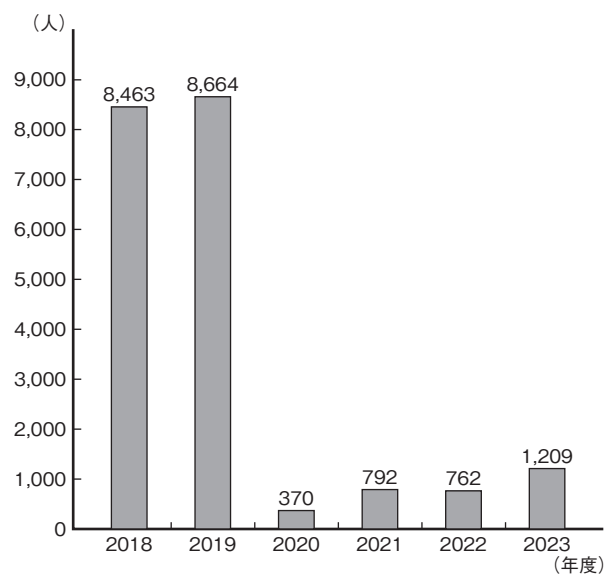


図3 特定保健指導実施数内訳（評価終了者数）

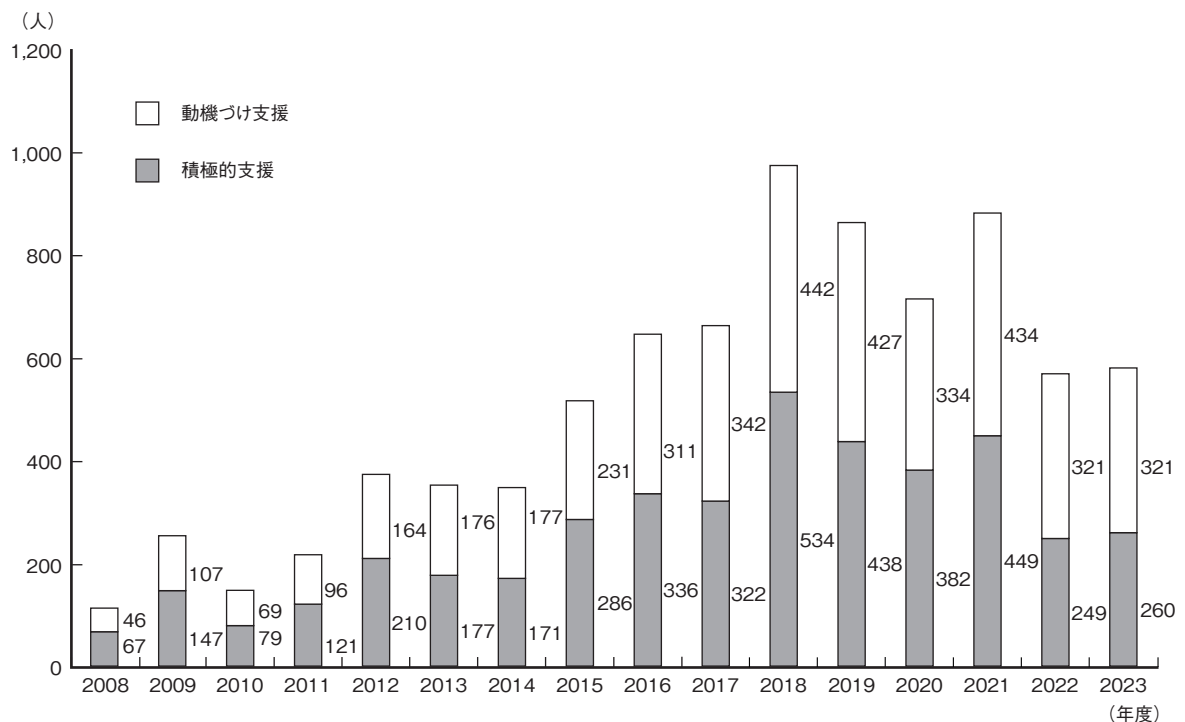


表 1 保健指導実施数

指導パターン										(2023年度)					
指導方法	指導形式	担当者	委託形式	実施形式	健保数/ 自治体数	事業所数	実施日 (延べ数)	専門職人数 (延べ数)	保健指導実施人数						
									男	女					
1. 健診後事後指導 (a)	2職種型	管理栄養士・健康運動指導士	随時契約	出張指導	1	1	83	166	255	73					
		小計			1	1	83	166	255	73					
2. 健診後事後指導 (b)	1職種型	保健師	定期契約	来館指導	1	1	2	2	17	5					
		保健師	定期契約	出張(遠隔)指導	1	6	12	12	114	8					
		保健師	通年契約	定期出張指導	3	4	46	121	150	52					
小計					5	11	60	135	281	65					
3. 健診時相談 (c)	1職種型	保健師	定期契約	出張相談	0	0	0	0	0	0					
				来館相談	-	-	92	203	203	0					
		小計			0	0	92	203	203	0					
4. 人間ドック時相談 (c)	1職種型	保健師	通年契約およびサービス	来館相談	-	-	267	919	5,119	8,020					
		管理栄養士	オプション	来館相談	-	-	39	39	38	19					
		管理栄養士	サービス	来館相談	-	-	0	0	0	0					
健康運動指導士	健康運動指導士	健康運動指導士	オプション	来館相談	-	-	39	39	38	19					
			サービス	来館相談	-	-	1	1	0	1					
		小計			0	0	346	998	5,195	2,940					
5. 特定保健指導 (d)	1職種型	保健師	集合契約	来館および出張指導	6	6	-	-	5	4					
		保健師・管理栄養士	随時個別契約	来館および出張指導	27	-	-	-	435	137					
		小計			33	6	-	-	440	141					
6. その他 (e)	1職種型	管理栄養士	保険診療	来館相談	-	-	14	14	9	5					
		保健師	サービス	電話相談	-	-	-	-	176	182					
		管理栄養士	随時契約	出張指導	0	0	0	0	0	0					
小計			0	0	14	14	176	182							
個別指導合計										39	18	595	1,516	6,550	3,401
集団指導	1. 健診時および健診後集団指導	1職種型	健康運動指導士	実施時契約	出張指導	4	-	11	11	241	232				
	2. 人間ドック時集団指導	2職種型	管理栄養士・健康運動指導士	実施時契約	来館指導	1	1	85	170	228	189				
	3. 小児生活習慣病	1職種型	健康運動指導士	随時契約	出張指導	1	3	14	3	14	28				
	4. VDT講演	2職種型	健康運動指導士	随時契約	遠隔指導	1	1	4	4	26	109				
	5. オンライン栄養セミナー	1職種型	管理栄養士	随時契約	遠隔指導	1	1	2	2	90	45				
	6. 栄養セミナー	1職種型	管理栄養士	随時契約	出張かつ遠隔指導	1	1	1	1	9	12				
集団指導合計										9	7	104	191	608	601
個別指導, 集団指導総計										48	25	699	1,707	7,158	4,002

が、2023年10月からは、特定健診（定期健診）受診者へも受診日当日初回面接（分割）を実施することをスタートした。仕組みは下記の通りである。

階層化判定に必要な血液データは受診日当日には判明しないため、服薬の有無、腹囲、BMI、血圧、喫煙の有無で当日可能な限り階層化を行う。保健指導対象者として該当した方には、健康診断終了後に、特定保健指導初回面接（分割1回目）を実施している。採血結果によって対象者となる可能性がある方には、その旨を説明し、健康診断の結果を必ず確認してほしいこと、該当であった場合には申し込みをしていただくよう説

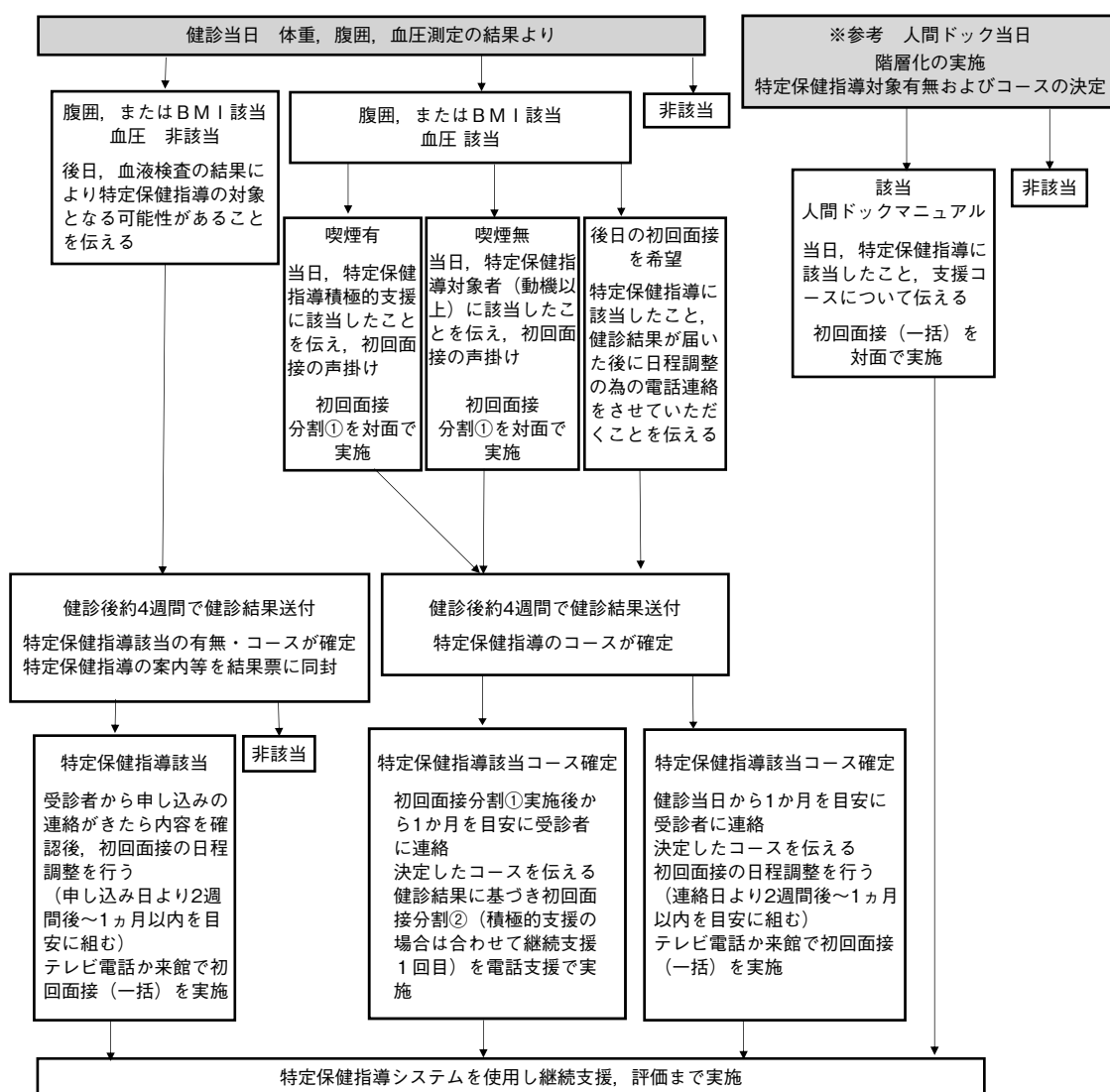
明し、特定保健指導への参加を促している。

2023年度の状況は、階層化対象者が1,526人（午前中の受診者のみ）、うち、当日、対象者に該当した方が176人（11.5%）、その中の80人（45.4%）に初回面接分割1回目を実施した。採血結果によって支援レベルが確定した75人（4.9%）の方のうち、2人（2.7%）からの申し込みがあり、後日の初回面接を実施した。

このように、健診日当日に初回面接が実施できるようになったことは受診者にとっては利便性が高く、保健指導実施率向上に寄与するものと考えられる。しかし、

特定保健指導実施の流れ（再掲）

健診～初回面接～継続・評価



96人(54.6%)の方は参加されていない。また、後日に特定保健指導対象者に確定した場合、本人より申し込みをもらうこととなっているが、上記のように実際には申し込みは少ない。今後は、いかに、これらの方々に参加していただくかが課題である。また、分割1回目の面接を実施した後、分割2回目がなかなか実施できないことも課題である。行動変容を維持するためにもこの初回分割2回目がより早い段階で実施できることが望ましい。健康保険組合とも連携しながら少しでもスムーズな実施を目指していきたい。

2024年度から健診日当日特定保健指導初回面接を開始することができたが、スタートにあたっては、健康診断スタッフと特定保健指導スタッフがともに案内や帳票、階層化システムを検討し体制を構築した。特に、スムーズな階層化、受診者を待たせないようにする工夫に注力した。初年度にて、実施数はまだ少ないが、健康への意識が高まっている健康診断受診日当日を最大に活かすことができるよう、今後一人でも多く参加いただけるよう、体制を整えていきたい。

健康経営推進支援事業

本会では、東京商工会議所が東京都より受託している「東京都職域健康促進サポート事業」のうちの健康経営の取り組み支援を行っている。

東京都職域健康促進サポート事業とは、専門家(健康経営アドバイザー)が企業を訪問し、職場における健康づくり、がん対策、肝炎対策、感染症対策などの普及・啓発を行うとともに、さらに具体的な「取り組み支援」を希望する企業には専門家(健康経営エキスパートアドバイザーの認定を受けた中小企業診断士、社会保険労務士、保健師など)を派遣し、職場の健康づくり、がん対策に関するサポートを行うものである。2023年度は、この「取り組み支援」を希望する企業に、健康経営エキスパートアドバイ

ザーの認定を受けた本会保健師が支援を実施した。最初の訪問では、現状をヒアリングし健康課題を把握、2回目の訪問では、具体的な取り組みについて提案した。3回目以降の支援では、メンタルヘルスに関する快適職場環境づくりのためのハイブリット式(対面+オンライン)のセミナーを実施した。現在も支援を継続中で、実施した結果をともに振り返ることとなっている。「健康日本21(第三次)」では健康経営に取り組む企業10万社を掲げている。一人でも多くの方が健康行動をとりやすい環境を提供する一助となるよう、さまざまな支援活動を行っていききたいと考えている。

おわりに

「健康日本21第(第二次)」最終評価では、アウトカムは目標を達成したが、その前提となる生活習慣・危険因子は不変や悪化の項目が多かった。その原因として、健康づくりに関する施策・事業の利用者が限られていること、健康無関心層の増大、関心・知識はあっても(経済上の理由などにより)実践できていない人が一定数いることを辻¹⁾らは述べている。「健康日本21(第三次)」は、「すべての国民が健康やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとし、「誰一人残さない健康づくり」、「自然と健康になれる環境づくり」を掲げている。環境づくりにおいて、より実効力のある保健サービスが提供できるよう、本会スタッフも引き続き研鑽を積むとともに、これまで以上にさまざまな機関と連携し支援活動を推進していきたいと考えている。

(文責 加藤京子)

文献

1) 辻 一郎 東北大学名誉教授 同医学系研究科客員教授

「健康日本21」のこれまでと目指すべき社会,保健師ジャーナル,2023.12月号,P450-457

「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。