

① 対象者の把握時

研究班が提供するソフトウェアにより作成した管理台帳（A4 30片面）のA欄には、必要な情報がすでに印字されている。また、B欄には、健診受診月を初回として、1年後までのプログラム実施月が印字されているため、これに基づき、図2 保健指導プログラムの流れでプログラムを進めていることとし、まずは、C欄に初回保健指導の予定日を記入しておく。

なお、A-1欄には、介入年（初年度、2年度目、3年度目、4年度目）を記入すること。

さらに、介入2年度目以降の場合は、A-2欄の「未受療重症化」ハイリスク者、「受療中重症化」ハイリスク者、「非重症化」ハイリスク者のいずれかにチェックする。

② 初回保健指導時

初回保健指導を実施して、図3のD欄のところに記入する。また、レセプト確認（健診受診後4～5か月）後の継続保健指導①の予定日もE欄に記入する。

③ レセプト確認時（健診受診後4～5ヶ月、及び健診受診後7～8ヶ月）

受療したかどうかの確認をレセプト上で実施して、図3のF欄に記入する。

④ 継続保健指導①時（初回保健指導から3ヵ月後）

継続保健指導①を実施して、図3のG欄に記入する。また、レセプト確認（健診受診後7～8か月）後の継続保健指導②の予定日もH欄に記入する。

⑤ 継続保健指導②時（継続保健指導①から3ヵ月後）

継続保健指導②を実施して、図3のI欄に記入する。

⑥ 健診受診勧奨時

翌年度の特定健診の受診勧奨を実施した場合には、図3のJ欄に記入する。

⑦ 介入除外時

本プログラムの対象者の条件から外れた場合、国保から異動した場合、その他保健指導が中止になった場合（後述の3.7参照）は、図3のK欄に記入する。また、その際には介入除外確認シート（様式6）に除外となった理由を具体的に記入する。

⑧ 管理台帳の提出

原則1ヶ月に1回、前月までに実施した保健指導内容（実施した保健指導には、訪問、面接、電話による保健指導を試みたが、結果として実施できなかったものも含む）を記入済みの管理台帳を、前月に記入したすべての保健指導記録票（様式4、5）とともにコピーし、

データセンターに送付する。但し、対象者の個人情報にはマスキングし、管理用番号並びに個人番号のみ写るようしておく。

なお、個人情報は、Lのラインから向かって左を折り込んでコピーすると、マスキングできるようになっている。

3.2 健診結果経年表（様式2）

健診結果経年表とは、縦軸に身体の機能別に検査項目を配置し、横軸に検査値の経年変化が視覚的にわかるように作成したもので、過去の生活習慣の振り返りができる。

これは、過去の健診結果の推移から、今まで身体がどのような状態に置かれていたのかなどについて、対象者に考えてもらうため初回保健指導時には必ず使用する。

具体的に対象者に説明する視点は下記のとおりである。

- A) それぞれの結果値はどう変化してきているか？
- B) 特に重症化ハイリスク項目は、これまでどういう状態だったのか？
- C) 他のデータとの関連を見て、同じように変化しているものはないか？
- D) 検査結果に変化があった時、生活で変化（上昇あるいは低下）したことはどのようなことだったのか？

なお、健診結果経年表の図4のようになっており、次のように準備してから使用する。なお、健診結果経年表を使用した保健指導の具体的な展開方法は、II-5 保健指導のポイント5.2を参照のこと。

対象者の把握時

研究班が提供するソフトウェアにより作成した健診結果経年表（A4 折り片）のA欄には、必要な情報がすでに印字されている。介入2年度目の場合は、A欄に当該年度の結果、B欄に前年度の結果が印字されている。なお、介入開始年度の対象者の場合には、B欄に過去の健診結果が印字されていないため、把握している範囲で過去の健診結果をB欄に記入しておく。

この健診結果経年表は2部印字されるため、1部は初回保健指導時に対象者へ渡し、残りは介入自治体の控えとして保存しておくこと。

健康診査受診結果通知表(経年表)

| | | |
|-------|--|-----------|
| 〒 | | 受診券番号 |
| | | 被保険者番号 |
| | | 生年月日 (歳) |
| 様(性別) | | 電話番号 |

| 検査項目 | 基準値 単位 | 受診日 | | | | | |
|--------------|-------------|--|------------------------------|----------|----------|----------|---|
| | | H 年 月 日 | H 年 月 日 | H 年 月 日 | H 年 月 日 | H 年 月 日 | |
| 大きな体の | 身長 | cm | | | | | |
| | 体重 | kg | | | | | |
| | BMI | 18.5~24.9 | | | | | |
| 内臓脂肪の蓄積等 | 腹囲 | 男85cm 女90cm未満 | | | | | |
| | 中性脂肪 | 150mg/dl 未満 | | | | | |
| | HDLコレステロール | 40mg/dl 以上 | | | | | |
| | 肝機能 | AST (GOT) | 31 U/l 未満 | | | | |
| | | ALT (GPT) | 31 U/l 未満 | | | | |
| γ-GT (γ-GTP) | | 51 U/l 未満 | | | | | |
| 血管を傷つける条件 | 血糖 | 空腹時血糖 | 100mg/dl 未満 | | | | |
| | | 非空腹時血糖 ※1 | 140mg/dl 未満 | | | | |
| | | HbA1c | 5.6% 未満 | | | | |
| | 血圧 | 尿酸 | (-) | | | | |
| | | 血圧 (1回目) | | / | / | / | / |
| | | 血圧 (2回目) | 収縮期130mmHg未満/ 拡張期85mmHg未満 | / | / | / | / |
| | 脂質 | LDLコレステロール | 120mg/dl 未満 | | | | |
| 尿酸 | 7.1mg/dl 未満 | | | | | | |
| 腎臓 | 血清クレアチニン | 男1.00 女0.70mg/dl 以下 | | | | | |
| | eGFR | 60ml/分以上 | | | | | |
| | 尿蛋白 | (-) | | | | | |
| | 尿潜血 | (-) | | | | | |
| 異状血症性 | ヘマトクリット | 男38.5~45.9% 女35.5~43.9% | | | | | |
| | 色素素(ヘモグロビン) | 男13.1~17.9g/dl 女12.1~15.9g/dl | | | | | |
| | 赤血球 | 男400~539万/mm ³ 女360~489万/mm ³ | | | | | |
| 心電図 | | | | | | | |
| 眼底 | | | H()S() | H()S() | H()S() | H()S() | |
| | | | KW | KW | KW | KW | |
| | | | その他 | | | | |

メタボリックシンドローム判定

特定保健指導判定

※1 随時血糖値の基準は日本糖尿病学会において糖負荷試験が強く推奨される範囲の下限値を示した。

【問診票の回答内容・医師(判定)】

H25年 5月〇日

| 項目 | 回答 | 判定 | 医師の判断(判定) |
|---------|------------------|------|-------------------------------|
| 薬の使用 | 血圧 | いいえ | 体重 20歳から10kg以上増加 |
| | 血糖 | いいえ | |
| | コレステロール | いいえ | |
| | その他 | いいえ | |
| 現病歴・既往歴 | 脳卒中 | いいえ | 運動 この1年間で±3kg以上の増減 |
| | 心臓病 | いいえ | |
| | 慢性の腎不全 | いいえ | |
| | 貧血 | いいえ | |
| 食事 | その他 | いいえ | 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施 |
| | 現在、たばこを習慣的に吸っている | いいえ | |
| | お酒を飲む頻度 | 時々 | |
| 飲酒 | 飲酒日の1日当たりのお酒の量 | 1合未満 | 睡眠 睡眠で休養が十分とれている |

様式2 管理用番号 一割入番号

図4 健診結果経年表(様式2)

3.3 構造図（様式3）

構造図とは、動脈硬化の進行段階を①潜在的に進行、②血管が傷み始める、③血管の変化、④健康障害の4段階で示し、健診項目を各段階に対応させて配置し、異常値を示した項目を色付けしたものである。これによって、対象者は自分の動脈硬化の進行状況と将来の健康状態の予測が容易かつ具体的に理解できる。まず、左端の縦軸で対象者の血管障害の進行段階がどの程度かを確認し、現在の身体の状況はどのような有所見項目が関与しているのかイメージ化するために、初回保健指導時には必ず使用する。

具体的に対象者に説明する視点は下記のとおりである。

- A) 今、どの段階にいるのか？
- B) このままだと、どこにたどり着きそうなのか？
- C) 一番悪い検査結果の値は、他のどの検査結果の値とつながっているのか？
- D) つまり、どの検査結果の値を改善したら良くなるのか？
- E) 対象者自身が行動変容を決定する。

なお、構造図は以上の内容を対象者に説明するために図5のようになっており、次のように準備し、使用する。構造図を使用した保健指導の具体的な展開方法は、Ⅱ-5 保健指導のポイント 5.2を参照のこと。

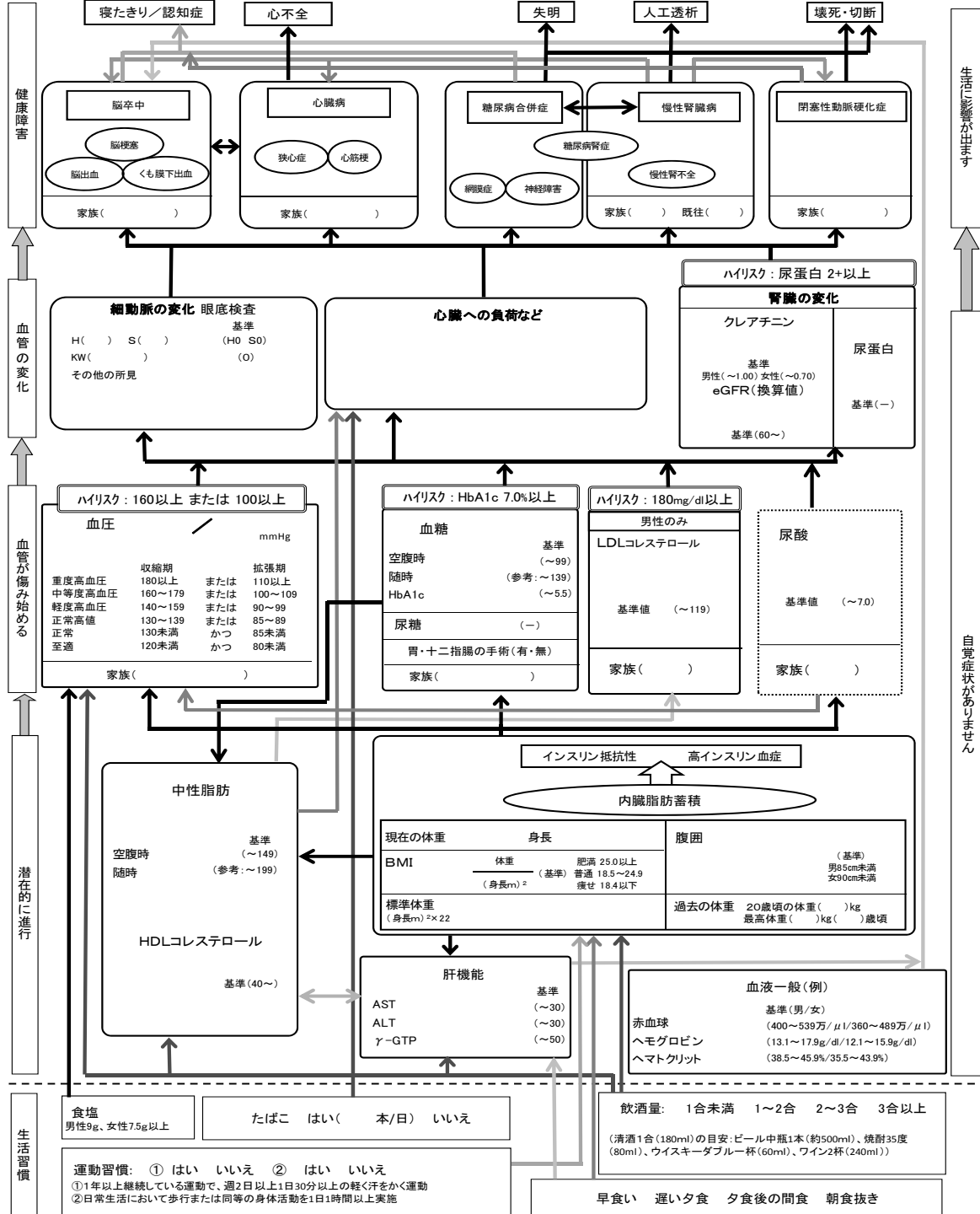
対象者の把握時

研究班が提供するソフトウェアにより作成した構造図（A4 対片面）は、必要な情報がすでに印字されている。

この構造図は2部印字されるため、1部は初回保健指導時に対象者へ渡し、残りは介入自治体の控えとして保存しておくこと。

健診結果構造図

様 歳 性別
〇〇市△△町□号



※この図は代謝異常の関係や動脈硬化の進展を理解するための学習教材として使用するもので、医学的診断のためのものではありません。

様式3 管理用番号9999999999-個人番号99999999999

図5 構造図 (様式3)

3.4 保健指導記録票 初回（様式4）

各年度の初回保健指導の際に必ず用いるもので、保健指導の準備から、実施結果、今後の指導計画までを記録しておくものである。また、これらのなかで、一部の必要な情報は、管理台帳（様式1）に転記する。

なお、保健指導記録票（初回）は図6（表面、裏面）のようになっており、以下のように使用する。

保健指導記録票 初回 様式4 オモイ

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| 対象者 個人 情報 | A 氏名 カナ (生年月日) | | 被保険者番号 E | |
| | 住所 | | 特定保健指導 積動情不 | |
| | 特定健診受診日 平成 年 月 日 | 重症種別 血圧 糖 脂 尿 | 特定保健指導 積動情不 | |
| | 性別 | 健診結果 | 年齢 [年度目] | |
| | 管理用番号 | | 個人番号 | |
| 保健 指導 準備 | B 調子定調整日 平成 年 月 日 | | 指導決定(予約)日及び時間 平成 年 月 日 時 分~ | |
| | 備考 (1) | | 指導形態 (2) <input type="checkbox"/> 訪問 <input type="checkbox"/> 個別 | |
| | 連絡調整回数等 | | <input type="checkbox"/> その他 | |
| | 指導場所 <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> その他 | | | |
| | セットアップ実施日(必須) 平成 年 月 日 | | <input type="checkbox"/> レセプトあり(平成 年 月 診療分) <input type="checkbox"/> 調剤レセプトあり <input type="checkbox"/> レセプトなし(未受療確認) | |
| ・受療疾病名 血圧 糖 脂質 腎 | | <input type="checkbox"/> 年表への過去データの記載(必須) <input type="checkbox"/> 実施済み <input type="checkbox"/> 未実施(初めて受診者) | | |
| 保健指導計画よみとり(アセスメント) | | 3 必須 | | |
| 費用予定の資料番号(必須) | | 4 必須 | | |
| 予防ターゲットとなるリスクの確定 (罹患性・重大性の理解) | | | | |
| 5 | | 要記入 | | |
| リスク低下の阻害要因の推定 [行動することによる利益の理解][実際の行動することによる負担・障害] | | 要記入 | | |
| 受療と併せて、必要な生活習慣の改善項目がないか | | その他 | | |
| 他に | | 準備に必要となる資料を確認したか | | |
| 標準的な質問票 <input type="checkbox"/> 過去の指導記録表 <input type="checkbox"/> その他書類 | | 6 | | |
| 準備に要した時間 | | 分間程度) (必須) | | |
| 7 必須 | | | | |

保健指導記録票 初回 様式4 オモイ

図 6 (表面) 保健指導記録票 初回 (様式 4)

| | | | |
|---|--|---|--|
| A 管理用番号 | | 個人番号 | |
| C 保健師番号(必須) | | 氏名(必須) | |
| 実施者(必須) <input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 家族() <input type="checkbox"/> 本人、家族とも会えず | | 実施形態(必須) <input type="checkbox"/> 家庭訪問 <input type="checkbox"/> 個別面談 | |
| 実施日(必須) 平成 年 月 日 | | <input type="checkbox"/> その他 8 必須 | |
| 実施時間(必須) 時 分 ~ 時 分 分間 <small>(所要時間の逸脱の場合その理由)</small> | | 指導場所(必須) <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> その他 | |
| 現在の状況 | | | |
| 家族構成(必須) <input type="checkbox"/> 単身 <input type="checkbox"/> 夫婦のみ <input type="checkbox"/> 子どもまたは親等2人世帯 <input type="checkbox"/> 3人以上世帯 | | | |
| 職歴 | | | |
| 生活習慣 9 0時 6時 12時 18時 24時 | | | |
| 使用した資料番号(必須) | | 10 必須 | |
| 本人の気付き 11 要記入 | | | |
| 相談(目標としたこと) <small>・リスク低下の阻害要因 [行動することによる利益の理解][実際の行動することによる負担・障害](必須) [複数選択可]</small> 12 必須 | | | |
| <input type="checkbox"/> 受療する必要があると思っていない <input type="checkbox"/> 忙しい <input type="checkbox"/> 家庭の理由 <input type="checkbox"/> 経済的な問題 <input type="checkbox"/> 医療機関不信 <input type="checkbox"/> 医療機関へのアクセス | | | |
| <input type="checkbox"/> 怖い <input type="checkbox"/> 先に生活習慣改善をしてみたい <input type="checkbox"/> その他(具体的に) <input type="checkbox"/> 特になし | | | |
| 13 | | | |
| <small>・受療と併せて、必要な生活習慣の改善について(継続指導時に向けて)</small> | | | |
| 14 | | | |
| <small>・提案した行動のきっかけ <input type="checkbox"/> 不要 <input type="checkbox"/> 困難</small> | | | |
| 要記入 (ただし提案が必要なかった場合は、その理由に応じ、「不要」か「困難」に要チェック) | | | |
| <small>・その他</small> | | | |
| 受療について(必須) 健診後自己判断で受療開始 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 | | | |
| 受療先医療機関名 | | 当該医療機関の選定理由 <input type="checkbox"/> 紹介 <input type="checkbox"/> 本 15 必須 | |
| 受療の重要性(0(最小)~10(最大)) | | 受療行動の可能性(0(最小)~10(最大)) | |
| 段階 | | 段階 | |
| D 再確認実施時期(必須) 平成 年 月に確認 | | | |
| 継続保健指導実施時期(必須) 平成 年 月 日に継続保健指導 <input type="checkbox"/> 予定 <input type="checkbox"/> 予約済み 16 必須 | | | |
| 管理台帳への記載(必須) <input type="checkbox"/> 記載済み | | | |
| 備考 | | | |

図 6 (裏面) 保健指導記録票 初回 (様式 4)

① 対象者の把握時

研究班が提供するソフトウェアにより作成した保健指導記録票（初回）（A4 対面）の A 欄（対象者個人情報）には、必要な情報がすでに印字されている。

但し、健診結果欄には介入年（初年度、2 年度目、3 年度目、4 年度目）を記入すること。

なお、介入 2 年度目以降の初回保健指導の場合には、健診結果欄に「未受療重症化」ハイリスク者、「受療中重症化」ハイリスク者、「非重症化」ハイリスク者のいずれかにチェックする。

② 保健指導の準備

図 6(表面)の B 欄には、保健指導の準備に関する内容を次の通り記入する。

・ 訪問予定調整日（初回記録票①欄）

初回保健指導を実施する際、事前に対象者に予約をとって行った場合に、その調整日や、連絡がつかなかった場合の連絡回数などを記入する。この欄を記入することで、訪問予定変更などの調整が必要になった時の記録として活用できる。連絡回数は、保健指導が実施できなかった時に、どの程度連絡を取った結果であったのか把握することができる。

・ 指導決定（予約）に及び時間、指導形態、指導場所（初回記録票②欄）

対象者と、初回保健指導の調整がつき、実施する日程や場所などが決定した際に、記入する。日時などに変更があった場合は書き換えておく。

指導形態の「訪問」は、家庭だけでなく、職場など対象者の生活場所に訪問した場合にチェックする。その場合、指導場所の「その他」欄に具体的に記入する。

指導形態の「個別」には公共施設などに来庁してもらい、保健指導した場合にチェックする。「その他」はこれら以外の場合チェックし、具体的な指導形態（電話など）を記入しておく。

・ レセプト確認の実施日（初回記録票③欄【必須】）

対象者のこれまでの受療状況を把握するため、レセプトを確認（後述の 3.8 参照）し、実施日を記入するとともに、その結果をチェックボックスにチェックを入れる。

特に、「高血圧、高血糖、脂質異常、腎臓病」で受療していた場合には、あてはまる項目に○を記入する。

・ 健診結果経年表への過去データの記入（初回記録票④欄【必須】）

前述の 3.2①により、対象者の過去の健診データを把握している場合は、その結果の記入を行ったかをチェックボックスにチェックを入れる。過去の健診結果は、保健指導計画の立案の際、予防ターゲットとなるリスク因子の確定やリスク低下の阻害要因の推定を行う際に重要な情報となる。

今年初めて健診を受診したものは「未実施」にチェックする。

- ・ 保健指導計画欄
保健指導の準備として、収集した対象者の情報をもとに保健指導計画を記入する（アセスメント結果の記入）
- ・ 使用予定の資料番号（初回記録票④欄【必須】）
アセスメント結果に基づき使用する予定の保健指導資料番号（後述の4. 保健指導で用いる資料参照）を記入する。なお、経年表と構造図は必ず使用することになっているため、資料番号には含めない。なお、介入市の既存資料を使用する場合は、その旨を記入しておく。
- ・ 「予防ターゲットとなるリスク因子の確定」（初回記録票⑤欄【要記入】）
健診結果から重症化ハイリスクに該当するリスクや他のリスクの集積状況などの情報から、対象者に起こっている身体状況とその進行段階、将来引き起こす可能性のある健康障害をリストアップし、予防ターゲットとなるリスク因子を記入しておく。
- ・ 「リスク低下の阻害要因の推定」（初回記録票⑤欄【要記入】）
限られた保健指導時間で確実に受療につなげることができるよう、準備した各種情報を統合し、罹患性、虚弱性、重大性を読み解き、記入するとともに、受療行動を阻害する可能性のある事項について想定し、記入する。
- ・ 「受療と併せて必要な生活習慣の改善項目がないか」（初回記録票⑤欄）
リスクを低下させるために必要な生活習慣項目があれば記入しておく。
- ・ 「その他」（初回記録票⑤欄）
上記以外に、アセスメントの結果、記録しておく必要があるものを記入する。
- ・ 「保健指導に必要となる資料を確認したか」（初回記録票⑥欄）
健診結果表だけで保健指導を展開することのないよう、標準的な質問票や過去の指導記録票、使用を予定している保健指導資料を準備し、「その他書類」にチェックを入れる。
- ・ 準備に要した時間（初回記録票⑦欄【必須】）
保健指導の準備にかかった時間を分単位で必ず記入する。

③ 保健指導の実施結果

図6(裏面)のC欄に、初回保健指導を実施した結果の内容を、項目に沿って次の通り記入する。

- ・ 指導保健師番号、氏名（初回記録票⑧欄【必須】）
保健指導を実施した保健師氏名と併せて、必ず保健師番号を記入する。
- ・ 実施者（初回記録票⑧欄【必須】）
保健指導を実施した対象者の情報を必ず記入する。具体的には、保健指導の対象者本人のみと実施した場合には、本人にチェックし、本人以外の者が同席した場合には、家族にもチェックし、妻、子供、兄弟、姉妹など具体的な相手を記入する。本人以外