

# 特定保健指導について

## 《目的》

特定健診結果に基づき、自身の身体状況を認識するとともに、生活習慣を見直すきっかけとします。

## 《対象》

特定保健指導利用券が届いた方。  
※2次検診や、保険診療による治療とは異なります。  
高血圧・高脂血症・糖尿病で既に服薬治療中の方は対象外です。  
保健指導中に服薬開始した場合、保健指導の対象外となることもあります。

## 《実施内容》

事前に所定用紙に記入していただきます。その内容を基に看護師と面接や電話・E-mailでの連絡を行い、生活習慣病予防のための生活習慣の見直しや改善を一緒に考えます。

## 動機付け支援の方 ⇒ 全2回

初回…面接による支援(個別 1時間程度)

6カ月後…電話・E-mail等で確認

## 積極的支援の方 ⇒ 全7~8回

初回…面接による支援(個別 1時間程度)

3ヶ月以上の継続的支援

- …パターン1 1ヶ月後・2ヶ月後にそれぞれ個別支援  
2・6・10週間ごとに電話等で確認
- パターン2 2週間ごとに電話にて支援 3ヶ月後に個別支援
- パターン3 2週間ごとに電話・E-mailのみで支援(受診を勧められた方は出来ません)

6カ月後…電話・E-mail等で確認

## 《負担金額》

利用券に記載の金額です。

## 《実施日》

(月)・(水)・(金)の午後  
(土)午前 ※電話確認のみ

面談は予約制です。所定用紙に記入していただいた後、担当看護師より日程についてご連絡差し上げます。

## 特定健診とは...

平成20年4月からの新しい健診(特定健診)は、メタリックシールドに着色した「病気を予防するための健診」です。

社会保険研究所パンフレットより

