

# ご存じですか？

# 「成果重視型特定保健指導」の 効果的な進め方

## — 特定保健指導の実施率向上等に向けて —

第4期特定保健指導の見直しの柱は、「アウトカム評価の導入」、「見える化の推進」、「ICT活用の推進」の3本です。特に第4期から特定保健指導はアウトカム評価重視の制度に移行します。これは、2cm・2kg減といった成果を出すことによって次年度の健診結果を改善し、結果として特定保健指導対象者(実施率の分母)を減らすことを目的としたものです。

### 成果を重視した特定保健指導<アウトカム評価>とは

腹囲2cm・体重2kg減を達成した場合には、保健指導の介入量を問わずに特定保健指導終了とする等、成果が出たことを評価する体系へと見直し。(アウトカム評価の導入)

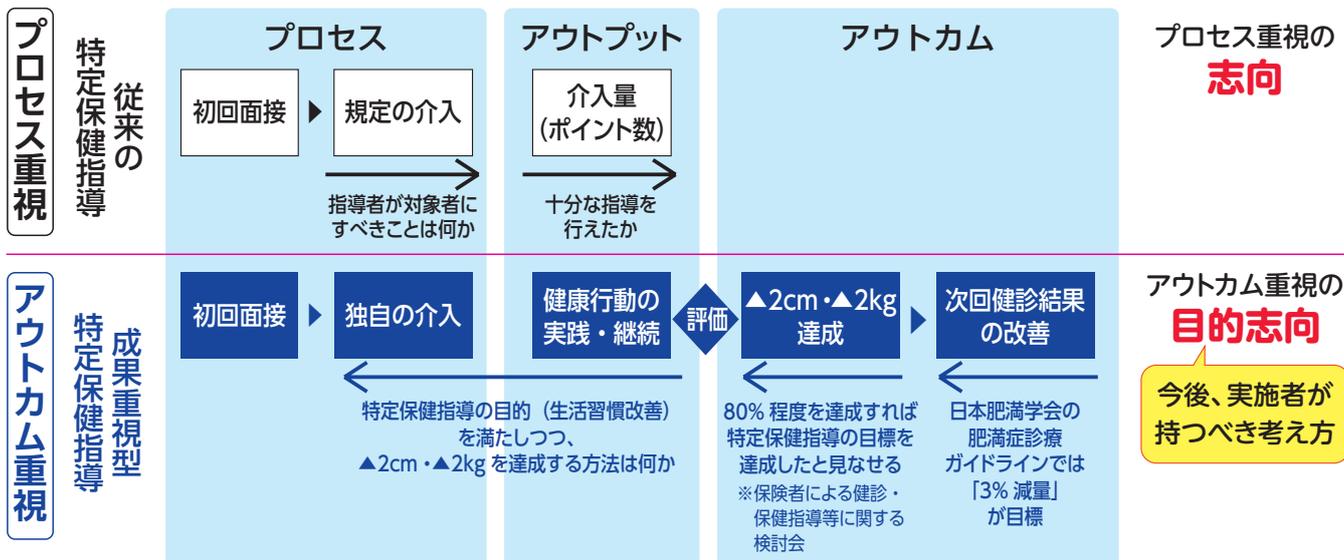
参考：厚生労働省資料(2022年10月)



## 従来の特定保健指導と成果重視型特定保健指導の違い

### 特定保健指導の例：「プロセス(介入内容)重視」と「アウトカム(成果)重視」

### 考え方の違い



### 成果重視型特定保健指導の重要ポイント **目的志向で後ろから考えること**

資料：「成果重視型『保健事業』のあり方セミナー ～PFS採用事例のご紹介～」インサイト より改変

詳しくは中面へ

# 第4期特定保健指導の主要達成目標は「腹囲2cm・体重2kgの減で180ポイント」に!

特定保健指導の評価に当たっては、対象者の改善状態や、行動変容を評価することが望ましいことから、成果を重視する「①アウトカム評価」の導入は、特定健診・特定保健指導の本来の目的に合致したものとと言えます。

なお、「①アウトカム評価」を原則としつつも、従来の「②プロセス評価(保健指導実施の介入量)」も併用して評価すべきであるとされています。

第4期の特定保健指導の評価体系のイメージは次の通りです。

## ■特定保健指導の評価体系のイメージ

①アウトカム評価 (初回面接から3カ月以上経過後の実績評価時に一度評価する)

主要達成目標

▲2cm・▲2kg※.....180p

※当該年の健診時の体重の値に、0.024を乗じた体重(kg)以上かつ同体重と同じ値の腹囲(cm)以上減少している

②プロセス評価

▲2cm,▲2kg未達成の場合、対象者の行動変容等を評価

- ・ 1cm・1kg ..... 20p
- ・ 食習慣の改善 ..... 20p
- ・ 運動習慣の改善 ..... 20p
- ・ 喫煙習慣の改善(禁煙) ..... 30p
- ・ 休養習慣の改善 ..... 20p
- ・ その他の生活習慣の改善 ..... 20p

○継続的支援の介入方法 ( )内は最低時間等

- ・ 個別(ICT含む) ..... 70p (10分)
- ・ グループ(ICT含む) ..... 70p (40分)
- ・ 電話 ..... 30p (5分)
- ・ 電子メール・チャット等 ..... 30p (1往復以上)
- 健診後早期の保健指導(分割実施含む)
  - ・ 健診当日の初回面接 ..... 20p
  - ・ 健診後1週間以内の初回面接 ..... 10p

主要達成目標▲2cm,▲2kg未達成の場合、対象者の行動変容等のアウトカム評価とプロセス評価の合計が180P以上の支援を実施することで特定保健指導終了とする。

## ■新たな評価体系での達成プロセスの例



そこで  
ご提案!

成果を上げやすく、コストの低減が期待できる

# ICTを活用した「マイナス2・2チャレンジ<sup>®</sup>」

令和6年度から始まった第4期特定健診・特定保健指導に対応!

第3期に導入された「モデル実施」効果検証の結果、腹囲2cm・体重2kg減の達成者には、翌年の健診結果に改善傾向が認められたこと等を踏まえ、第4期特定健診・特定保健指導では「アウトカム評価」主要達成目標(180P)を、腹囲2cm・体重2kg減とすることになりました。3カ月で、腹囲2cm・体重2kgの減少を楽しく目指す「マイナス2・2チャレンジ<sup>®</sup>」は、アウトカム重視・ICT活用を推進する第4期の方針に合致した支援プログラムです。効果的な保健事業の実施に、「マイナス2・2チャレンジ<sup>®</sup>」の導入を、ぜひご検討ください。



## 特定保健指導対象者のメリット

- 実施期間中(3カ月)、対象者は **毎週、腹囲と体重**を計測し入力、送信するだけ。  
ハードルが低いので、最後まで **脱落せずに継続**できます(達成率52.2% 令和4年度実績)。
- これまで受診していなかった **健康無関心層**にも、**興味をもって参加**していただけます。
- 毎年受けている対象者には、**新たなアプローチ**として関心をよせてもらえるプログラムです。



## 保険者様のメリット

- 初回面接から「マイナス2・2チャレンジ<sup>®</sup>」運営まで事務局によるオールインワン。  
**ご担当者の手間がほとんどかかりません。**
- 厚生労働省に提出する **書類作成もサポート**いたします。
- 一人当たりの単価の低減により、**総コストの抑制が実現**します。

## <従来の特定保健指導との差は?>

従来の特定保健指導(積極的支援)

1人当たり  
**約30,000~40,000円+税**

ICTを活用した特定保健指導「マイナス2・2チャレンジ<sup>®</sup>」

1人当たり **19,800円+税**

目標:腹囲2cm減・体重2kg減

令和7年度事業を現在受付中です。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

## 『マイナス2・2チャレンジ<sup>®</sup>』・電話による参加勧奨

オプション

利用率向上のために、**電話勧奨**を承ります!!

利用券・サービス案内  
チラシ発送後のよく  
あるパターン

担当  
参加者

電話勧奨を  
したいけれど  
時間がない!

マンパワーが  
足りない...



受けたくない  
忘れていた

内容がよく  
分からないし  
面倒



サービス案内を発送後に、コールセンターにより電話勧奨を行うことで、様々な理由で返信のない対象者に対して、アプローチします。利用率の向上のために、導入をぜひご検討ください(別途料金)。

# “成果重視型” 特定保健指導・成果につながる保健事業について オンラインセミナーのご案内

参加  
無料

第4期特定健診・特定保健指導計画ではアウトカム評価が一層重視され、厚生労働省ではPFS\*を導入した事業を積極的に推進しています。

そこで、このセミナーでは、2cm・2kg減といった成果を出すことによって次年度の健診結果を改善し、結果として特定保健指導対象者(実施率の分母)を減らすことについて解説、また、ICTを活用した結果を出す特定保健指導事業をご提案いたします。

今回は二部構成とし、第一部では厚生労働省保険局保険課 ご担当者にご登壇いただき、「データヘルス計画見直しと計画策定」について、皆様に分かりやすく講演していただきます。

\*成果連動型民間委託契約方式 (Pay For Success)

## オンラインセミナーの概要

### 内容

第一部 「データヘルス計画見直しと計画策定について」(仮)

講師 厚生労働省保険局保険課 ご担当者

第二部 ① 第4期特定保健指導見直しの3本柱に対応したプログラムについて

② 第4期特定保健指導対応 Webでかんたん

『マイナス2・2チャレンジ®』のご紹介

③ 特定保健指導利用者増へ向けた『電話による利用勧奨』の提案



講演について

### 開催日程

令和7年1月下旬(予定)

### 時間

13:30~15:00 予定

### 参加方法

ZOOMミーティング

### 定員

100名(申込先着順)

### 主催

(株)社会保険出版社・(株)インサイト

セミナー第一部では、特定保健指導事業の専門家をお招きして、さまざまなテーマでご講演いただいております。

..... 過去の講演テーマと講師 .....

- なぜあの人は行動しない? ナッジで受診へ動かす  
<講師> 竹林 正樹 氏(青森大学 社会学部 客員教授)
- 健康寿命を延ばす! 効果が出るフィットネストレーニングの活用法  
<講師> 藤瀬 武彦 氏(新潟国際情報大学 経営情報学部 経営学科 教授)
- 成果につながる保健事業について Welby「みなし健診」  
<講師> 河原 章 氏(元日本保健指導協会代表理事 (株)Welby 取締役)

※『マイナス2・2チャレンジ®』は(株)インサイトの登録商標です。

## オンラインセミナーに参加された方の声

- まだ知識が絶対的に不足しているので参考になりました。現状では特定健診・特定保健指導ともに受診率が低いので、何かヒントになるものがあればと思い参加しました。
- 年々、特定保健指導の対象者でリピーター率が高くなっていますので、マンネリ化対策も兼ねて、今後検討していきたいと思っています。
- 特定保健指導実施率が上がり、費用も抑えることができるのなら、実施しない理由がないと思いました。

お気軽にお問い合わせください。オンラインセミナー参加についての詳細をご案内いたします。

- 第4期特定健診・特定保健指導の現状について知りたい
- ICTを活用した特定保健指導プログラムについて知りたい
- 『マイナス2・2チャレンジ®』に興味がある

参加対象者/特定保健指導に携わることをご担当者等

まずはお気軽にお問い合わせください!

資料をお届けするなど、幅広く対応いたします。

本社  
TEL. 03-3291-9841

大阪支局  
TEL. 06-6245-0806

名古屋支局  
TEL. 052-265-6030

九州支局  
TEL. 092-413-7407

(B38073)



株式会社 社会保険出版社

https://www.shoho-net.co.jp 社会保険出版社 検索

本社 東京都千代田区神田猿楽町1-5-18 千代田ビル 〒101-0064  
Tel.03-3291-9841(代) Fax.03-3291-9847  
名古屋支局 名古屋市中区丸の内3-6-11 レインボー丸の内 〒460-0002  
Tel.052-265-6030 Fax.052-265-6070  
大阪支局 大阪市中央区博労町4-7-5 本町TSPビル 〒541-0059  
Tel.06-6245-0806 Fax.06-6245-0805  
福岡支局 福岡市博多区博多駅前3-27-24 博多タナカビル 〒812-0011  
Tel.092-413-7407 Fax.092-413-7417



「プライバシーポリシー(個人情報保護方針)」および「個人情報の利用目的」につきましては、弊社ホームページをご参照ください。