

【保健指導 判定基準および実施内容】

大京健康保険組合

	特定保健指導（法定）		けんぽ保健指導	けんぽ重症化予防
種別	①積極的支援	②動機付け支援	40歳未満対象の保健指導	重症化予防（糖尿病予防）
対象者	40歳以上の被保険者および被扶養者	40歳以上の被保険者および被扶養者	40歳未満の被保険者	被保険者全員
判定基準	判定基準 A：腹囲 男性 85cm 以上・女性 90cm 以上 / 判定基準 B：腹囲 男性 85cm 未満・女性 90cm 未満で、BMI25 以上		判定基準 A または B で 下記の追加リスク①～④のうち 2 つ以上	ヘモグロビン A1c 6.5 以上 (糖尿病で服薬中の方は対象外)
	・判定基準 A で下記の追加リスク 2 つ以上 ・判定基準 B で下記の追加リスク 3 つ以上	・判定基準 A で下記の追加リスク 1 つ ・判定基準 B で下記の追加リスク 1～2 つ		
判定基準	①中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg 未満 ②空腹時血糖値 100mg/dl 以上またはヘモグロビン A1c 5.6 以上 ③血圧 収縮期 130 mm Hg 以上または拡張期 85 mm Hg 以上 ④喫煙習慣あり（追加リスク①～③がひとつでもある場合にリスクとして追加）		① 中性脂肪 150mg/dl 以上 または HDL コレステロール 40mg 未満 ② ヘモグロビン A1c 5.6 以上 ③ 血圧 収縮期 130 mm Hg 以上 または拡張期 85 mm Hg 以上 ④ 喫煙習慣あり	
	高血圧、糖尿病、脂質異常症で治療・服薬中の方は対象外となります			
保健指導の流れ	初回面談（個別形式）⇒ 実績評価（初回面談から 3 ヶ月以上経過後）		左記同様 (面談対象外の方には関係資料を提供)	健診結果数値により、関連疾病の資料送付または受診勧奨など電話助言指導
面談の案内方法	① 対象の被保険者には、予定日時等の案内を電子メール、郵送等でお送りします ② 対象の被扶養者には、個別に自宅へ案内をお送りします		対象の被保険者には、予定日時等の案内を電子メール、社内便等でお送りします	
勤務・交通費	所定勤務日に面談を受ける場合は「勤務」の扱いとし、医療機関に出向く場合の交通費は会社負担とします 外部委託先専門機関を利用する場合は土曜日に受けることも可能です			
初回面談の内容	① 面談は個別面談で、対象者と専門家の 1 対 1 で実施（主に遠隔面談） ② ライフスタイル等に関するヒアリング ③ 生活習慣改善への意識付け ④ 専門家の支援を得ながら自身に合った無理のない行動目標を策定（その後の数カ月間、定期フォローを受けながら目標達成に取り組めます）			

