

特定健康診査及び特定保健指導項目内容表 2

区 分		内 容		
特定健康診査	基本的な健診の項目	質問（問診）	別紙「質問票」のとおり	
		身体計測	身長	
			体重	
			腹囲	
			BMI	
		診察	既往歴、自覚症状、他覚症状	
		血圧	収縮期血圧	
			拡張期血圧	
		血中脂質検査※1 (中性脂肪はどちらかの項目の実施で可)	空腹時中性脂肪	
			随時中性脂肪	
			HDL-コレステロール	
			LDL-コレステロール ※2	
		肝機能検査	AST (GOT)	
			ALT (GPT)	
			γ-GT (γ-GTP)	
	血糖検査 ※3	空腹時血糖		
		ヘモグロビンA1c		
		随時血糖		
	尿検査 ※4	糖		
		蛋白		
	詳細な健診の項目 (医師の判断による追加項目)	貧血検査	赤血球数	
			血色素量 (ヘモグロビン値)	
			ヘマトクリット値	
12誘導心電図				
眼底検査 (両眼)				
血清クレアチニン及びeGFR				
特定保健指導	動機付け支援 (動機付け支援相当)	I 初回支援 ① 個別支援1回 (20分程度) 又は ② グループ支援 (おおむね8名以下) 1回 (おおむね80分以上) II 実績評価 3ヶ月後の実績評価を面接又は通信 (電子メール、チャット、電話、手紙等) で実施		

特定 保健 指導	積極的支援	初回面接の形態		① 個別支援1回（20分程度） 又は ② グループ支援（おおむね8名以下）1回（おおむね80分以上）
		3ヶ月以上の継続的な支援	実施ポイント数	180ポイント以上
			主な実施形態	（アウトカム評価） ◆主要達成目標…2cm・2kg減少（180ポイント） ◆行動変容等を評価 （1cm・1kg減少・食習慣・運動習慣・喫煙習慣・休養習慣・その他の生活習慣の改善）
		実績評価の形態	「標準的な健診・保健指導プログラム」 【令和6年度版】を参照	（プロセス評価） ◆個別支援、グループ支援、電子メール・チャット等通信支援、電話支援等 ◆健診後早期の保健指導
		実績評価の形態		3か月後の実績評価を面談又は通信（電子メール・チャット、電話、手紙等）で実施

- ※1 やむを得ず空腹時以外に採血を行う場合は、随時中性脂肪により脂質検査を行うことを可とする。（空腹時とは絶食10 時間以上とする）
- ※2 空腹時中性脂肪又は随時中性脂肪が400mg/dl以上である場合又は食後採血の場合は、LDLコレステロールに代えてNon-HDLコレステロール（総コレステロールからHDLコレステロールを除いたもの）で評価を行うことができる。
- ※3 血糖検査については、血糖（空腹時・随時）、ヘモグロビンA1c の両方を実施すること。なお、食直後（食事開始時から3.5 時間未満）を除き随時血糖による血糖検査を行うことを可とする。
- ※4 生理中の女性や、腎疾患等の基礎疾患があるために排尿障害を有している者に対する尿検査については、検査不能として実施を行わない場合も認めるものの、その他の項目については全て実施すること。実施されなかった場合は完全に実施するまで何度も実施するか、未実施扱いとする（この場合健保組合から実施機関に委託費用は支払われない）