

特定保健指導計画は、次のとおりです。

**【動機付け支援】**

| 支援区分 | 支援時期          | 支援者資格 | 支援手法           | 支援時間  | ポイント |     | 支援内容                                   |
|------|---------------|-------|----------------|-------|------|-----|--|
|      |               |       |                |       | 支援A  | 支援B |  |
| 初回面接 | 開始時           | 保健師   | 個別支援           | 20分以上 | /    | /   | 生活習慣の見直し、目標設定                          |
| 実績評価 | 終了時<br>(3ヶ月後) | 保健師   | 個別支援<br>電話・メール | /     | /    | /   | 身体状況や生活習慣に変化が見られたか評価、振り返り<br>身体測定、採血など |

**【積極的支援】**

| 支援区分 | 支援時期          | 支援者資格 | 支援手法              | 支援時間  | ポイント |     | 支援内容                    |
|------|---------------|-------|-------------------|-------|------|-----|-------------------------|
|      |               |       |                   |       | 支援A  | 支援B |                         |
| 初回面接 | 開始時           | 保健師   | 個別支援              | 20分以上 | /    | /   | 生活習慣の見直し、目標設定           |
| 継続支援 | 2週間後          | 保健師   | 電子メールB<br>(電話Bなど) | 1往復   | /    | 5   | 実施状況などの確認、励まし           |
|      | 1ヶ月後          |       | 個別支援A             | 20分   | 80   | /   | 1ヶ月経過後の状況確認、目標の見直し、身体計測 |
|      | 2ヶ月後          |       | 電子メールA            | 1往復   | 40   | /   | 実施状況・生活習慣の確認、賞賛         |
| 実績評価 | 終了時<br>(3ヶ月後) | 保健師   | 個別支援A             | 15分   | 60   | /   | 3ヶ月を振り返りフィードバック、身体計測など  |
| 合計   |               |       |                   |       | 180  | 5   | 計180ポイント(Aポイントのみの場合もあり) |

※ 面接等の支援場所は、動機付け支援・積極的支援ともに、広島中央健診所で行なうものとする。

※ 支援形態は変更になる場合あり。