

# 特定保健指導の区分(積極的支援・動機づけ支援)

- 「積極的支援」
- 健診の結果、生活習慣の改善が必要な方を対象に、継続的にきめ細やかな支援をします。
- 保健師、管理栄養士の助言のもと、生活習慣改善のための行動計画をつくとともに、面談や電話などで連絡をとりあい、自主的・継続的に生活することを支援します。また、6か月経過後、それまでの期間の生活習慣について評価し、生活習慣の改善をチェックします。
- 「動機づけ支援」
- 保健師、管理栄養士の助言のもと、生活習慣改善のための行動計画をつくります。また、6か月経過後、それまでの期間の生活習慣について評価し、生活習慣の改善をチェックします。