

ワークシート5.5 生活習慣病予防保健指導 報告書

整理番号			支援予定期間	週	
氏名	(男・女)		保険者名		
保健指導機関名			保健指導者名 (職種)		
支援レベル	動機付け支援 ・ 積極的支援				
行動目標・行動計画					
設定日	平成 年 月 日	平成 年 月 日(2回目)	平成 年 月 日(3回目)	平成 年 月 日(4回目)	
目標値 腹囲 体重 収縮期血圧 拡張期血圧 1日の削減目標エネルギー 1日の運動による目標エネルギー 1日の食事による目標エネルギー	cm kg mmHg mmHg kcal kcal kcal				
行動目標 例)6か月後に体重を3kg減少する	・ ・				
行動計画 例)1日30分歩く	・ ・				
保健指導の実施報告					
初回実施年月日	腹囲	体重	行動変容ステージ	保健指導実施内容	支援形態 (実施時間)
平成 年 月 日	Cm	Kg	1.無関心期 2.関心期 3.準備期 4.実行期 5.維持期	・ ・ ・	1.個別 (分) 2.グループ (分)
継続指導実施年月日	腹囲	体重	生活習慣の改善状況および課題	保健指導実施内容・指導の種類	支援形態 (実施時間)
2回目 平成 年 月 日	cm	kg	・ ・ ・ 1.栄養・食生活 (変化なし・改善・悪化) 2.身体活動 (変化なし・改善・悪化) 3.喫煙 (禁煙継続・非継続・非喫煙・禁煙の意志なし)	・ ・ ・ □食事 □運動 □禁煙	1.個別 (分) 2.グループ (分) 3.電話 (分) 4.E-mal (分)
3回目 平成 年 月 日	cm	kg	・ ・ ・ 1.栄養・食生活 (変化なし・改善・悪化) 2.身体活動 (変化なし・改善・悪化) 3.喫煙 (禁煙継続・非継続・非喫煙・禁煙の意志なし)	・ ・ ・ □食事 □運動 □禁煙	1.個別 (分) 2.グループ (分) 3.電話 (分) 4.E-mal (分)
4回目 平成 年 月 日	cm	kg	・ ・ ・ 1.栄養・食生活 (変化なし・改善・悪化) 2.身体活動 (変化なし・改善・悪化) 3.喫煙 (禁煙継続・非継続・非喫煙・禁煙の意志なし)	・ ・ ・ □食事 □運動 □禁煙	1.個別 (分) 2.グループ (分) 3.電話 (分) 4.E-mal (分)