

14年度開始事業分指標一覧

		基準値 (もしくは質問ならびに選択肢)	プログラム名					
			3ヶ月生活・運動コース	6ヶ月生活・運動コース	法元W3ヶ月コース 法元W3ヶ月コース 法元W3ヶ月コース 法元W3ヶ月コース	法元W3ヶ月コース 法元W3ヶ月コース 法元W3ヶ月コース 法元W3ヶ月コース		
対象疾病	高血圧症		○	○	○	○		
	高脂血症		○	○	○	○		
	糖尿病		○	○	○	○		
	肥満症		○	○	○	○		
	骨粗鬆症							
	禁煙							
	血圧	収縮期血圧 拡張期血圧 脈拍数	140mmHg以上 90mmHg以上	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
	身体状況	脂質代謝	総コレステロール	130mg/dl未満、220mg/dl以上	○	○	○	○
			HDLコレステロール	男-35mg/dl未満 女-40mg/dl未満	○	○	○	○
			LDLコレステロール		○	○	○	○
中性脂肪			150mg/dl以上	○	○	○	○	
リポ蛋白 アポ蛋白								
糖代謝		空腹時血糖	110mg/dl以上	○	○	○	○	
		ヘモグロビンA1c						
		フルクトサミン インシュリン						
血液化学検査		肝機能	GOT	4IU/l以上	○	○	○	○
			GPT	36IU/l以上	○	○	○	○
	γ-GTP		60IU/l以上	○	○	○	○	
	腎機能	総蛋白	6.5g/dl未満、8.3g/dl以上	○	○	○	○	
		アルブミン	3.7g/dl未満、5.3g/dl以上	○	○	○	○	
血液一般	クレアチニン	男-1.10mg/dl以上 女-0.83mg/dl以上	○	○	○	○		
	尿酸	男-3.5mg/dl未満、7.1mg/dl以上 女-2.6mg/dl未満、6.1mg/dl以上	○	○	○	○		
	尿素窒素(BUN)	8mg/dl以下 20mg/dl以上	○	○	○	○		
	赤血球 白血球 血色素 血球容積 ヘマトクリット値							
尿検査	尿一般	電解質 カリウム						
		尿蛋白定性						
		尿糖定性						
		尿潜血反応 尿中コチニン濃度 尿中塩分量	10g/日以上	○	○	○	○	
	脈波	脈波伝搬速度(PWV)						
眼底検査	ScheieH							
	ScheieS							
	KW							
肺機能	%肺活量	80%未満	○	○	○	○		
	1秒率							
	最大肺活量 呼気CO濃度							
形態測定	身長		○	○	○	○		
	体重		○	○	○	○		
	BMI	18.5未満、25.0以上	○	○	○	○		
	体脂肪率							
	腹腔内脂肪							
	皮脂質							
	ウェスト							
	ヒップ							
	胸囲							
	臀部周囲 骨密度							
身体能力	最大酸素摂取状況							
	上体起こし							
	長座体前屈							
	握力							
	椅子立ち上がり							
	閉眼片足立ち							
	下肢筋力							
	開眼片足立ち							
	10m障害物歩行							
	全身反応時間							
40cm踏み台昇降								
最大歩数								
負荷中最大血圧								
最大ST変化								
運動時最大心拍数								
不整脈数								

		基準値 (もしくは質問ならびに選択肢)	プログラム名				
			3食生活・運動 ヶ月コース	6食生活・運動 ヶ月コース	法元W 3ヶ月・ ライフ メイジ コース 二次	食生活・運動 3ヶ月・ ライフ メイジ コース 二次	
生活習慣(行動)	食生活	食事速度					
		満腹への配慮					
		食事の規則正しさ					
		朝食の摂取状況					
		間食摂取の有無					
		食品バランスへの配慮	多様な食品を組み合わせる食事のバランスに気をつけている	○	○	○	○
		栄養成分を気にする	栄養成分表示を確認する	○	○	○	○
		野菜の摂取状況					
		果物の摂取状況					
		魚の摂取状況	魚を多く食べる	○	○	○	○
		肉の摂取状況	魚を多く食べる	○	○	○	○
		卵の摂取状況					
		甘いものの摂取状況					
		油ものの摂取状況					
		塩分の摂取状況					
		牛乳の摂取状況					
		チーズの摂取状況					
	大豆製品の摂取状況						
	ごはんの摂取状況						
	みそ汁の摂取状況						
パン食の摂取状況							
種類の摂取状況							
甘味飲料の摂取状況							
海藻の摂取状況							
手類の摂取状況							
健康的な生活のための食事への配慮							
栄養摂取状況	コレステロール量						
	脂質量						
	脂質のエネルギー比						
	食物繊維量						
	総カロリー						
飲酒状況	カルシウム量						
	タンパク質						
喫煙状況	飲酒の頻度	週5回以下	○	○	○	○	
	飲酒量						
運動状況	喫煙の有無	なし	○	○	○	○	
	喫煙本数						
	喫煙開始年齢						
	禁煙経験の有無						
	禁煙への関心						
睡眠状況	家族の喫煙状況						
	意識的な運動の有無						
	1日の歩数	1万歩以上	○	○	○	○	
睡眠休養状況等	1回30分以上の運動を週2回以上	1回30分以上の運動を週2回以上実施している	○	○	○	○	
	地域での活動状況						
	運動習慣の総合評価						
	睡眠状況	ぐっすり眠れた感じがある	○	○	○	○	
	1日の睡眠時間						
	就寝時間						
	眠りの持続性						
睡眠状況の総合評価							
受療行動等	趣味の有無						
	ストレスの有無						
	休養の有無						
	近所関係						
	外出の有無						
意識等	受療行動						
	薬品の購入						
	健診受診の有無						
知識	歯科検診受診の有無						
	歯磨きの習慣						
	健康に対する自己認識						
その他	現在の生活への満足度						
	体力への自信						
	健康についての知識						
知識	適正体重の認知						
	適正食事量についての認識	適正体重を維持するための食事量を理解している	○	○	○	○	
	タバコの害に対する知識						

評価指標調書ver[1].1(14年度開始事業分) プログラム別指標一覧

		基準値 (もしくは質問ならびに選択肢)	プログラム名				
			食生活・運動3か月コース	食生活・運動6か月コース	食生活・運動3か月+WiiFy・2次元イメーजी展開法3か月コース	WiiFy・2次元イメーजी展開法3か月+食生活・運動3か月コース	
対象疾病	高血圧症		○	○	○	○	
	高脂血症		○	○	○	○	
身体状況	脂質代謝	総コレステロール HDLコレステロール LDLコレステロール	130mg/dl未満、220mg/dl以上 男-35mg/dl未満 女-40mg/dl未満	○	○	○	○
	糖代謝	空腹時血糖 ヘモグロビンA1c フルクトサミン インシュリン	110mg/dl以上	○	○	○	○
血液化学検査	肝機能	GOT GPT γ-GTP コリンエステラーゼ	41IU/l以上 36IU/l以上 60IU/l以上	○	○	○	○
	腎機能	総蛋白 アルブミン クレアチニン 尿酸 尿素窒素(BUN)	6.5g/dl未満、8.3g/dl以上 3.7g/dl未満、5.3g/dl以上 男-1.10mg/dl以上 女-0.83mg/dl以上 男-3.5mg/dl未満、7.1mg/dl以上 女-2.6mg/dl未満、6.1mg/dl以上 8mg/dl以下 20mg/dl以上	○	○	○	○
尿検査	尿一般	尿蛋白定性 尿糖定性 尿潜血反応 尿中コチニン濃度 尿中塩分量	10g/日以上	○	○	○	○
	眼底検査	ScheieH ScheieS K.W					
生理検査	肺機能	%肺活量 1秒率 最大肺活量 呼気CO濃度	80%未満	○	○	○	○
	形態測定	身長 体重 BMI 体脂肪率 腹腔内脂肪 皮脂質 ウェスト ヒップ 胸囲 臀部周囲 骨密度	18.5未満、25.0以上	○	○	○	○
身体能力	最大酸素摂取状況	上体起こし 長座体前屈 握力 椅子立ち上がり 閉眼片足立ち 下肢筋力 開眼片足立ち 10m障害物歩行 全身反応時間 40cm踏み台昇降 最大歩数 負荷中最大血圧 最大ST変化 運動時最大心拍数 不整脈数					

		基準値 (もしくは質問ならびに選択肢)	プログラム名				
			食生活・運動3か月コース	食生活・運動6か月コース	食生活・運動3か月+Wii Fit・二次元3か月コース	Wii Fit・二次元3か月+食生活・運動3か月コース	
生活習慣(行動)	食生活	食事速度					
		満腹への配慮					
		食事の規則正しさ					
		朝食の摂取状況					
		間食摂取の有無					
		食品バランスへの配慮	多様な食品を組み合わせて食事のバランスに気をつけている	○	○	○	○
		栄養成分を気にする	栄養成分表示を確認する	○	○	○	○
		野菜の摂取状況					
		果物摂取状況					
		魚摂取状況	魚を多く食べる	○	○	○	○
		肉摂取状況	魚を多く食べる	○	○	○	○
		卵の摂取状況					
		甘いものの摂取状況					
		油ものの摂取状況					
		塩分摂取状況					
		牛乳摂取状況					
チーズ摂取状況							
大豆製品の摂取状況							
ごはんの摂取状況							
みそ汁の摂取状況							
パン食の摂取状況							
麺類の摂取状況							
甘味飲料の摂取状況							
海藻の摂取状況							
芋類の摂取状況							
健康的な生活のための食事への配慮							
栄養摂取状況	コレステロール量						
	脂質量						
	脂質のエネルギー比						
	食物繊維量						
	総カロリー						
	カルシウム量						
タンパク質							
飲酒状況	飲酒の頻度	週5回以下	○	○	○	○	
	飲酒量						
喫煙状況	喫煙の有無	なし	○	○	○	○	
	喫煙本数						
	喫煙開始年齢						
	禁煙経緯の有無						
	禁煙への関心						
	家族の喫煙状況						
運動状況	意識的な運動の有無						
	1日の歩数	1万歩以上	○	○	○	○	
	1回30分以上の運動を週2回以上	1回30分以上の運動を週2回以上実施している	○	○	○	○	
睡眠休養状況等	地域での活動状況						
	運動習慣の総合評価						
	睡眠状況						
	1日の睡眠時間						
	就寝時間						
	眠りの持続性						
	睡眠状況の総合評価						
趣味の有無							
受療行動等	ストレスの有無						
	休養の有無						
	近所関係						
	外出の有無						
意識等	受療行動						
	薬品の購入						
	健診受診の有無						
	歯科検診受診の有無						
知識	歯磨きの習慣						
	健康に対する自己認識						
	現在の生活への満足度						
	体力への自信						
その他	健康についての知識						
	適正体重の認知	適正体重を維持するための食事量を理解している	○	○	○	○	
	適正食事量についての認識						
	タバコの害に対する知識						

評価指標調書ver[1].1(14年度開始事業分) 食生活・運動3か月コース(介入群)

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																評価者によるコメント		
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目						
			／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値			
身体 状況	血圧	収縮期血圧	128.9	17.3	28	0.73	126.3	12.7	27	0.63	130.1	21.9	27	0.49	129.3	13.2	27	0.28	事業開始時と比較して事業終了時点で効果が あったと思われる項目 ※p値が0.05未満のもの、もしくは割合の差が 10ポイント以上のもについて記入して下さい。		
		拡張期血圧	79.6	12.5	28	0.53	74.2	9.2	27	0.32	76.0	11.2	27	0.88	75.5	9.7	27	0.17			
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	182.2	32.8	26	0.49	174.6	27.7	27	0.17	177.2	22.7	26	0.14	181.9	20.4	25		0.58	3か月目(介入終了直後)、6か月目(介入終了 3か月後)に高かった。
			HDLコレステロール	70.9	22.7	26	0.37	57.3	14.5	27	0.04	54.7	7.6	26	0.04	57.2	9.6	25		0.59	
		LDLコレステロール																			
		中性脂肪	107.7	59.4	26	0.87	82.6	38.0	27	0.25	92.7	47.3	26	0.56	89.6	35.9	25	0.31			
	糖代謝	空腹時血糖	112.3	13.2	26	0.17	108.2	38.0	27	0.72	87.1	13.3	26	0.15	103.0	12.2	25	0.46			
		ヘモグロビンA1c																			
	形態計測	BMI	24.1	3.9	28	0.86	23.6	3.9	27	0.86	23.8	3.7	27	0.60	23.6	3.4	27	0.91			
		体脂肪率																			
生活習慣(行動)	食生活	酒飲への配慮 食事の規則正しさ 朝食の摂取状況 間食摂取の有無																多様な食品を組み合わせることで食事のバランス に気をつけている者の割合が3か月目(介入 終了直後)で20.7ポイント、6か月目(介入終了 後3か月後)で13.3ポイント増加した。			
		食品バランスへの配慮	57.1%		28	0.34	77.8%		27	0.07	70.4%		27	0.08	63.0%		27		0.48		
		甘いものの摂取状況 油ものの摂取状況 塩分摂取状況																			
		栄養摂取状況 総カロリー																			
		飲酒状況	飲酒の頻度	78.6%		28	0.13	81.5%		27	0.31	77.8%		27	0.11	77.8%			27	0.04	飲酒の頻度が週5回以下の者の割合が9か月 目(介入終了後6か月後)で減少した。
	喫煙状況	喫煙の有無 喫煙本数 禁煙への関心	67.9%		28	0.47	66.7%		27	0.43	66.7%		27	0.32	66.7%		27	0.43			
	運動状況	意識的な運動の有無																	3か月目(介入終了直後)に多かった。		
		1日の歩数 1回30分以上の運動を週2回以上	10424.1 10.7%	4498.1 28	0.57 0.29	10782.6 14.8%	4253.6 27	0.04 0.15	8416.6 11.1%	3544.8 27	0.32 0.11	8914.2 7.4%	4387.3 27	0.28 0.22							
	睡眠休養状況 等	睡眠状況 1日の睡眠時間																			
	受療行動等 意識等	受療行動 健康に対する自己認識																			

評価指標調書 食生活・運動3か月コース(対照群)

			測定時期(○適目、○ヶ月目とご記入ください)																
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目				
			／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	
身体 状況	血压	収縮期血压	127.5	15.2	29	0.73	128.6	15.6	29	0.63	126.4	17.5	29	0.49	125.5	13.6	29	0.28	
		拡張期血压	77.6	12.3	29	0.53	76.9	11.3	29	0.32	75.6	9.7	29	0.88	72.2	7.6	29	0.17	
	血液 化学 検査	脂質代 謝	総コレステロール	188.1	25.7	23	0.49	185.3	27.8	25	0.17	185.7	18.3	27	0.14	185.0	19.5	28	0.58
			HDLコレステロール	65.3	20.5	24	0.37	49.9	10.2	25	0.04	51.0	5.3	27	0.04	55.9	7.6	28	0.59
		糖代謝	LDLコレステロール																
			中性脂肪	110.4	63.4	24	0.87	97.1	51.7	25	0.25	100.3	46.2	27	0.56	106.8	79.3	28	0.31
			空腹時血糖	101.5	29.8	24	0.17	106.8	13.7	25	0.72	93.3	17.1	27	0.15	100.7	10.2	28	0.46
			ヘモグロビンA1c																
		形態計測	BMI	24.0	2.7	29	0.86	23.8	2.6	29	0.86	23.4	2.6	29	0.60	23.5	2.9	29	0.91
			体脂肪率																
生活 習慣 (行動)	食生活	満腹への配慮																	
		食事の規則正しさ																	
		朝食の摂取状況																	
		間食摂取の有無																	
		食品バランスへの配慮	48.3%		29	0.34	55.2%		29	0.07	48.3%		29	0.08	58.6%		29	0.48	
		甘いものの摂取状況																	
		油ものの摂取状況																	
		塩分摂取状況																	
	栄養摂取状況	総カロリー																	
	飲酒状況	飲酒の頻度	92.9%		28	0.13	89.7%		29	0.31	92.9%		28	0.11	96.6%		29	0.04	
		飲酒量																	
	喫煙状況	喫煙の有無	72.4%		29	0.47	72.4%		29	0.43	75.9%		29	0.32	72.4%		29	0.43	
		喫煙本数 禁煙への関心																	
	運動状況	意識的な運動の有無																	
1日の歩数		9806.1	3556.7	29	0.57	8468.6	3794.5	28	0.04	7435.2	3494.5	26	0.32	7720.9	3781.0	29	0.28		
	1回30分以上の運動を週2回以上	3.4%		29	0.29	3.4%		29	0.15	0.0%		29	0.11	0.0%		29	0.22		
睡眠休養状況 等	睡眠状況 1日の睡眠時間																		
受療行動等 意識等	受療行動 健康に対する自己認識																		

評価者コメント(食生活・運動3か月コース)

<p>評価指標でみられた効果 ※個々の評価指標でみられた効果について総合的にご記入ください。</p>	<p>介入前後での比較について</p>	<p>生活習慣(行動) 食生活 「多様な食品を組み合わせることで食事のバランスに気をつけている」者の割合が3か月目(介入終了直後)で20.7ポイント、6か月目(介入終了後3か月後)で13.3ポイント増加した。</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</p>	<p>身体状況 血液生化学検査(脂質代謝) 「HDLコレステロール」が3か月目(介入終了直後)、6か月目(介入終了3か月後)に高かった。 生活習慣(行動) 飲酒状況 飲酒の頻度が週5回以下の者の割合が9か月目(介入終了後6か月後)で減少した。 運動状況 「1日の歩数」が3か月目(介入終了直後)に多かった。</p>
<p>評価指標以外でみられた効果 ※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたものをお書きください。</p>	<p>本人の希望と異なる群に配属されたものがあるにもかかわらず、介入時の会場(受講者)の雰囲気は総じて活気があった。「楽しかった」という感想が終了時にあった。事業終了後にも、介入に関連した内容を中心に健康づくりに関する話題が受講者間やその家族で多くなったということが事業協力推進協議会で受講者より報告された。</p>	
<p>問題点や課題 ※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたことをお書きください。</p>	<p>検査結果を通知するだけの対照群においても改善が見られた原因については不明である。</p>	

評価指標調書ver[1].1(14年度開始事業分) 食生活・運動6か月コース(介入群)

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																評価者によるコメント	
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目					
			／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n 数	p 値		
身体 状況	血圧	収縮期血圧	128.2	16.8	35	0.85	127.7	19.2	34	0.91	131.1	18.8	34	0.32	133.1	18.3	34	0.07	事業開始時と比較して事業終了時で効果が あったと思われる項目 ※p値が0.05未満のもの、もしくは割合の差が 10ポイント以上のものについて記入して下さい。	
		拡張期血圧	78.4	12.2	35	0.79	74.7	9.7	34	0.41	74.2	11.4	34	0.60	76.7	12.5	34	0.10		
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	184.7	23.1	30	0.62	177.9	23.0	34	0.28	177.9	10.4	31	0.06	182.9	13.8	33		0.64
			HDLコレステロール	54.5	15.3	30	0.03	51.2	10.4	34	0.63	50.8	4.7	31	0.93	54.4	6.3	33		0.41
		糖代謝	LDLコレステロール	157.9	113.1	30	0.07	132.3	109.3	34	0.11	104.1	63.4	31	0.80	133.0	141.5	33		0.39
			中性脂肪	112.6	54.6	30	0.37	120.5	40.5	34	0.07	88.3	13.9	31	0.23	103.2	23.5	33		0.59
	形態計測	空腹時血糖																		
		ヘモグロビンA1c	24.3	2.3	35	0.63	23.7	2.2	34	0.94	23.8	2.2	34	0.41	24.0	2.2	34	0.49		
	生活 習慣 (行動)	食生活	BMI																	
			体脂肪率																	
満腹への配慮 食事の規則正しさ 朝食の摂取状況 間食摂取の有無																				
栄養摂取状況		食品バランスへの配慮	60.0%		35	0.25	58.8%		34	0.49	66.7%		33	0.11	79.4%		34	0.07	多様な食品を組み合わせることで食事のバランス に気をつけている者の割合が9か月目(介入 終了後3か月後)で19.4ポイント増加した。	
		甘いものの摂取状況 油ものの摂取状況 塩分摂取状況																		
飲酒状況		総カロリー																		
		飲酒の頻度	71.4%		35	0.03	70.6%		34	0.06	72.7%		33	0.04	73.5%		34	0.01	事業開始時から有意差があるため、事業終 了後の有意差が事業効果によるか否か判断 が難しい。	
喫煙状況		飲酒量																		
		喫煙の有無 喫煙本数 禁煙への関心	85.7%		35	0.16	85.3%		34	0.17	84.8%		33	0.28	82.4%		34	0.26		
運動状況		意識的な運動の有無																		
	1日の歩数	10233.3	4138.1	35	0.21	11703.4	4784.4	32	0.01	9104.5	4534.5	28	0.14	9127.9	4001.0	33	0.16	3か月目(介入中)、6か月目(介入終了直後) に多かった。 事業開始時から有意差があるため、事業終 了後の有意差が事業効果によるか否か判断 が難しい。		
1回30分以上の運動を週2回以上	20.0%		35	0.05	23.5%		34	0.02	18.2%		33	0.02	14.7%		34	0.04				
睡眠休養状況 等	睡眠状況																			
受療行動等 意識等	1日の睡眠時間																			
	受療行動																			
	健康に対する自己認識																			

評価指標調書 食生活・運動6か月コース(対照群)

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)																
			介入時				3か月目				6か月目				9か月目				
			／平均 割合値	標準 偏差	n	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n	p 値	／平均 割合値	標準 偏差	n	p 値	
身体 状況	血圧	収縮期血圧	127.5	15.2	29	0.85	128.6	15.6	29	0.91	126.4	17.5	29	0.32	125.5	13.6	29	0.07	
		拡張期血圧	77.6	12.3	29	0.79	76.9	11.3	29	0.41	75.6	9.7	29	0.60	72.2	7.6	29	0.10	
	血液 化学 検査	脂質代 謝	総コレステロール	188.1	25.7	23	0.62	185.3	27.8	25	0.28	185.7	18.3	27	0.06	185.0	19.5	28	0.64
			HDLコレステロール	65.3	20.5	24	0.03	49.9	10.2	25	0.63	51.0	5.3	27	0.93	55.9	7.6	28	0.41
		糖代謝	LDLコレステロール																
			中性脂肪	110.4	63.4	24	0.07	97.1	51.7	25	0.11	100.3	46.2	27	0.80	106.8	79.3	28	0.39
			空腹時血糖	101.5	29.8	24	0.37	106.8	13.7	25	0.07	93.3	17.1	27	0.23	100.7	10.2	28	0.59
			ヘモグロビンA1c																
		形態計測	BMI	24.0	2.7	29	0.63	23.8	2.6	29	0.94	23.4	2.6	29	0.41	23.5	2.9	29	0.49
			体脂肪率																
生活 習慣 (行動)	食生活	満腹への配慮																	
		食事の規則正しさ																	
		朝食の摂取状況																	
		間食摂取の有無																	
		食品バランスへの配慮	48.3%		29	0.25	55.2%		29	0.49	48.3%		29	0.11	58.6%		29	0.07	
		甘いものの摂取状況																	
		油ものの摂取状況																	
	栄養摂取状況	塩分摂取状況																	
		総カロリー																	
	飲酒状況	飲酒の頻度	92.9%		28	0.03	89.7%		29	0.06	92.9%		28	0.04	96.6%		29	0.01	
		飲酒量																	
	喫煙状況	喫煙の有無	72.4%		29	0.16	72.4%		29	0.17	75.9%		29	0.28	72.4%		29	0.26	
		喫煙本数																	
		禁煙への関心																	
	運動状況	意識的な運動の有無																	
1日の歩数		9806.1	3556.7	29	0.21	8468.6	3794.5	28	0.01	7435.2	3494.5	26	0.14	7720.9	3781.0	29	0.16		
	1回30分以上の運動を週2回以上	3.4%		29	0.05	3.4%		29	0.02	0.0%		29	0.02	0.0%		29	0.04		
睡眠休養状況 等	睡眠状況																		
	1日の睡眠時間																		
受療行動等	受療行動																		
意識等	健康に対する自己認識																		

評価者コメント(食生活・運動6か月コース)

<p>評価指標でみられた効果 ※個々の評価指標でみられた効果について総合的にご記入ください。</p>	<p>介入前後での比較について</p>	<p>生活習慣(行動) 食生活 「多様な食品を組み合わせることで食事のバランスに気をつけている」者の割合が9か月目(介入終了後3か月後)で19.4ポイント増加した。</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</p>	<p>生活習慣(行動) 飲酒状況 「飲酒の頻度が週5回以下」は事業開始時から有意差があるため、事業終了後の有意差が事業効果によるか否か判断が難しい。 運動状況 「1日の歩数」が3か月目(介入中)、6か月目(介入終了直後)に多かった。 「1日30分以上の運動を週2回以上実施している」は事業開始時から有意差があるため、事業終了後の有意差が事業効果によるか否か判断が難しい。</p>
<p>評価指標以外でみられた効果 ※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたものをお書きください。</p>	<p>本人の希望と異なる群に配属されたものがあるにもかかわらず、介入時の会場(受講者)の雰囲気は総じて活気があった。「楽しかった」という感想が終了時にあった。 事業終了後にも、介入に関連した内容を中心に健康づくりに関する話題が受講者間やその家族で多くなったということが事業協力推進協議会で受講者より報告された。</p>	
<p>問題点や課題 ※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたことをお書きください。</p>	<p>検査結果を通知するだけの対照群においても改善が見られた原因については不明である。</p>	