

		基準値 (もしくは質問ならびに選択肢)		プログラム名			
				ヘル プス ア ッ			
対象疾病	高血圧症			○			
	高脂血症			○			
	糖尿病			○			
	肥満症			○			
	骨粗鬆症			○			
禁煙							
血液化学検査	血圧	収縮期血圧	140以上	○			
		拡張期血圧	90以上	○			
		脈拍数		○			
	脂質代謝	総コレステロール	139以下、220以上	○			
		HDLコレステロール	39以下	○			
		LDLコレステロール		○			
		中性脂肪	151以上	○			
	糖代謝	リポ蛋白					
		アポ蛋白					
		空腹時血糖	110以上				
		ヘモグロビンA1c	5.9以上	○			
	肝機能	フルクトサミン					
		インシュリン					
		GOT	41以上	○			
		GPT	46以上	○			
	腎機能	γ-GTP	男性:96以上、女性:51以上	○			
		コリンエステラーゼ					
		総蛋白					
	血液一般	アルブミン					
		クレアチニン					
		尿酸					
		尿酸窒素(BUN)					
	電解質	赤血球	男性:3.99以下、または5.8以上、 女性:3.69以下、または5.5以上		○		
		白血球	男性:3.9以下、または9.8以上 女性:3.5以下、または9.1以上		○		
		血色素	男性:12.9以下、または18.0以上 女性:11.4以下、または17.0以上		○		
血球容積		男性:37.9以下、または55.0以上 女性:32.9以下、または48.0以上		○			
尿一般	ヘマトクリット値						
	カリウム						
	尿蛋白定性	(-)	○				
	尿糖定性	(-)	○				
脈波	尿潜血反応	(-)	○				
	尿中コチニン濃度						
	尿中塩分量						
	脈波伝搬速度(PWV)						
眼底検査	ScheieH						
	ScheieS						
	KW						
	%肺活量	80%未満	○				
生理検査	1秒率	年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	最大肺活量	年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	呼吸CO濃度						
	身長		○				
形態測定	体重		○				
	BMI	25以上	○				
	体脂肪率	男性:17~23、女性:20~27	○				
	腹腔内脂肪						
	皮脂質						
	ウエスト						
	ヒップ						
	胸囲						
	臀部周囲						
	骨密度						
身体能力	最大酸素摂取状況	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	上体起こし	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	長座体前屈	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	握力	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	椅子立ち上がり						
	閉眼片足立ち	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	下肢筋力						
	開眼片足立ち						
	10m障害物歩行						
	全身反応時間	年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○				
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				
			ヘル プ ス ア ッ				
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	はい	○				
	間食摂取の有無	いいえ	○				
	食品バランスへの配慮						
	栄養成分を気にする	購入時に参考にしている	○				
	野菜の摂取状況	ほとんど毎日	○				
	果物の摂取状況	ほとんど毎日	○				
	魚の摂取状況	ほとんど毎日	○				
	肉の摂取状況	ほとんど毎日	○				
	卵の摂取状況	ほとんど毎日	○				
	甘いものの摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○				
	油ものの摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○				
	塩分摂取状況	つけもの：1日に1回以下	○				
	牛乳摂取状況	ほとんど毎日	○				
	チーズ摂取状況						
	大豆製品の摂取状況	ほとんど毎日	○				
	ごはんの摂取状況	毎食	○				
	みそ汁の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○				
パン食の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○					
麺類の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○					
甘味飲料の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○					
海藻の摂取状況	ほとんど毎日	○					
芋類の摂取状況	ほとんど毎日	○					
	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	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	脂質量	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	脂質のエネルギー比	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	食物繊維量	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	総カロリー	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	カルシウム量	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	タンパク質	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○				
	飲酒状況	飲酒の頻度 飲酒量	飲む中で週1回以下 一合以下の飲酒量	○			
	喫煙状況	喫煙の有無	なし	○			
		喫煙本数	0本	○			
喫煙開始年齢		20歳以上	○				
禁煙経歴の有無			○				
禁煙への関心		あり	○				
	家族の喫煙状況	本人を含めて家族の喫煙者がいる	○				
運動状況	意識的な運動の有無						
	1日の歩数						
	1回30分以上の運動を週2回以上		○				
	地域での活動状況	地域の行事によく参加する	○				
	運動習慣の総合評価						
睡眠休養状況等	睡眠状況	とれている	○				
	1日の睡眠時間	6~7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						
	ストレスの有無	感じない	○				
	休養の有無	休養は充分である	○				
	近所関係						
	外出の有無	外出をする	○				
受療行動等	受療行動	「最も良好な状態」は規定しない	○				
	薬品の購入						
	健診受診の有無	あり	○				
	歯科検診受診の有無	あり	○				
	歯磨きの習慣	毎日3回以上	○				
意識等	健康に対する自己認識	非常に健康だと思う	○				
	現在の生活への満足度						
	体力への自信						
知識	健康についての知識						
	適正体重の認知	あり	○				
	適正食事量についての認識						
	タバコの害に対する知識	たばこの影響のある病気の知識あり	○				
その他							

運動をしているを母数とした

評価指標調書ver(1).1(14年度開始事業分)64件 二本松市 ヘルスアップ教室(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						
			平成13年度健診及び1回目アンケート				平成15年度健診及び1年後アンケート													
			／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	129.8	19.0	64					127.5	16.9	64	0.29							
		拡張期血圧	76.5	9.8	64					76.8	10.8	64	0.82							
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	220.6	33.1	64					211.0	34.5	64	0.01					有意に低下	
			HDLコレステロール	59.9	14.2	64					63.0	17.0	64	0.05					有意に上昇	
		糖代謝	LDLコレステロール																	
			中性脂肪	130.8	59.1	64					102.3	39.4	64	0.00						有意に低下
	形態計測	空腹時血糖	空腹時血糖	96.2	23.5	56					101.8	17.1	64	0.01						×有意に上昇
ヘモグロビンA1c			5.3	0.9	64					5.5	0.5	64	0.01						×有意に上昇	
BMI		24.2	2.9	64					23.8	2.9	64	0.00						有意に低下		
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	はい	100.0		64				100.0		63	ns							
		間食摂取の有無	いいえ	49.2		63				54.1		61	ns							
		食品バランスへの配慮																		
		甘いものの摂取状況	ほとんど毎日	20.6		63				15.6		64	ns							
		油ものの摂取状況	ほとんど毎日	32.8		64				27.0		63	ns							
	塩分摂取状況																			
	栄養摂取状況	総カロリー	1813.4	368.4	63															
	飲酒状況	飲酒の頻度	飲む中で週1回以下	30.8		26				23.1		26	ns							
		飲酒量	1合以下の飲酒量	55.6		27				42.3		26	ns							
	喫煙状況	喫煙の有無	吸わない	92.2		64				96.7		61	ns							
		喫煙本数		18.0	9.1	5				20.0	7.1	2	ns							
		禁煙への関心	禁煙したいと思ったことがある	80.0		5				50.0		2	ns							
	運動状況	意識的な運動の有無																		
		1日の歩数 1回30分以上の運動を週2回以上	運動する人の中で1回30分以上を週2回以上	44.7		47				53.3		60	ns							
	睡眠休養状況 等	睡眠状況		60.9		64				50.8		63	ns							
1日の睡眠時間		6~7時間	60.9		64				65.6		64	ns								
受療行動等	受療行動	48.4		64				48.4		64	ns									
意識等	健康に対する自己認識	非常に健康だと思う	3.2		62				6.6		61	ns								

評価指標調書 二本松市 ヘルスアップ教室(対照群)

評価指標調書ver(1).1
(14年度開始事業分)64件

			測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)											
			平成13年度健診及びアンケート				平成15年度健診及び1年後アンケート							
			／平均 割合 合値	標準 差 偏	n 数	p 値	／平均 割合 合値	標準 差 偏	n 数	p 値	／平均 割合 合値	標準 差 偏	n 数	p 値
身体 状況	血圧	収縮期血圧	130.3	17.2	64		135.2	17.5	64	0.02				
		拡張期血圧	78.1	9.5	64		82.6	9.5	64	0.00				
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	224.3	32.3	64		220.4	32.4	64	0.25			
			HDLコレステロール	56.8	15.3	64		58.4	13.6	64	0.10			
			LDLコレステロール											
		糖代謝	中性脂肪	140.1	68.6	64		123.3	63.6	64	0.03			
			空腹時血糖	97.9	21.5	61		106.3	23.6	60	0.00			
			ヘモグロビンA1c	5.3	0.8	64		5.5	0.6	64	0.00			
	形態計測	BMI	24.2	2.9	64		24.5	2.9	64	0.02				
		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	96.8		62		96.8		63	ns				
		間食摂取の有無	55.0		60		50.8		61	ns				
		食品バランスへの配慮												
		甘いものの摂取状況	22.6		62		33.3		63	ns				
		油ものの摂取状況	21.0		62		31.7		63	ns				
		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	24.0		25		13.0		23	ns				
		飲酒量	60.0		25		43.5		23	ns				
	喫煙状況	喫煙の有無	88.9		63		93.7		63	ns				
		喫煙本数	16.0	8.4	6		16.3	9.5	4	0.39				
	運動状況	禁煙への関心	66.7		6		75.0		4	ns				
		意識的な運動の有無												
	睡眠休養状況 等	1日の歩数												
		1回30分以上の運動を週2回以上	42.5		40		34.7		49	ns				
	受療行動等 意識等	睡眠状況	72.6		62		71.9		64	ns				
		1日の睡眠時間	67.7		62		61.9		63	ns				
		受療行動	39.1		64		43.8		64	ns				
	健康に対する自己認識	3.3		61		3.2		63	ns					

<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>介入群においては、身体状況で概ね良好な変化が見られた。特に、総コレステロール、HDLコレステロール、中性脂肪、BMIで有意な改善が見られた。 一方、空腹時血糖、ヘモグロビンA1cでは有意に上昇していた。 なお、生活習慣では、例えば、「1回30分以上の運動を週2回以上」の人の割合は有意にまでは至らなかったが、増加傾向にあった。 その他、多くの生活習慣が改善傾向にあったが、残念ながら、有意にまでは至らなかった。</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</p>	<p>介入群における2年間の変化と同様に、対照群では、空腹時血糖、ヘモグロビンA1cは有意に上昇していた。 一方、収縮期血圧、拡張期血圧、BMIは介入群における変化とは逆に有意に上昇していた。 また、食生活(甘いものの摂取状況、油ものの摂取状況)は有意でないものの増加し、運動状況(「1回30分以上の運動を週2回以上」)や1日の睡眠時間では有意にまでは至らなかったが、減少傾向にあり、不適切な状況へ変化していた。</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>特に検討していない。</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>問題点として特に取り上げなければならない点はないが、最初の介入から2年が経過し、改善している項目(指標)が介入群では認められ、概ね本プログラムが有効であったと判断できるが、モデル事業で学んだ正しい生活習慣をいかに継続させていくことができるかが大きな課題である。 特に不適切な生活習慣に戻ってしまった人(脱落群)と生活習慣は改善し、継続して頑張っているが、身体状況(検査値)の改善に見られない人への対応をどのようにするかが今後の重要な課題であると考えます。</p>

<p>事業実施でみられた効果</p>	<p>プログラムへの参加者(介入者)における身体状況、生活習慣(行動)、意識等では概ね改善の傾向が見られ、プログラムが参加者の生活習慣の改善、検査値の向上、意識の変容等に有効であることが示されたと判断できる。</p> <p>さらに、本プログラムを実施することになり、市役所内部で健康問題に対する関心の向上、医療費に対する対策の必要性が認識されるきっかけになったと思われる。</p> <p>また、本モデル事業参加者が事業終了後も継続して、市内の運動施設等を利用することなどにより、市民の中で運動の必要性、生活習慣改善の意義が少しずつであるが、広まりつつあるようである。</p>
<p>問題点や課題</p>	<p>モデル事業の成否は、その事業が終了した後も同様の活動が行政も住民も継続できるかどうかにかかっていると言える。</p> <p>その点で、本市における問題点・課題の一つとしては、事業の継続性にあると考える。本モデル事業のような大規模なモデル事業を実施した経験がなかったため、本市ではモデル事業をいかに適切に実施するかが最大の課題であった。</p> <p>この点は、現在においても同様であり、毎年、前年のプログラムを改善し、より良いプログラムとして実施運営していくことは決して容易なことではない。</p> <p>従って、3年間のモデル事業終了後の事業の継続の重要性は認識しているものの準備・検討は十分にできていないのが現状である。</p> <p>また、市役所内部でも関係部局内の連携も十分には行われていない状況であった。特に、事業実施の中心になる技術系職員への業務の著しい増加は、過重な負担となっており、担当者の増員など抜本的な対策が必須な課題である。</p>

評価指標調書(15年度開始事業分)93名 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			
			ヘルス 教室 アップ			
対象 疾病	高血圧症		○			
	高脂血症		○			
	糖尿病		○			
	肥満症		○			
	骨粗鬆症		○			
	禁煙		○			
身体 状況	血液	収縮期血圧	140以上	○		
		拡張期血圧	90以上	○		
		脈拍数		○		
	脂質代謝	総コレステロール	139以下、220以上	○		
		HDLコレステロール	39以下	○		
		LDLコレステロール	140以上	○		
		中性脂肪	151以上	○		
		リポ蛋白 アポ蛋白		○		
	糖代謝	空腹時血糖	110以上	○		
		ヘモグロビンA1c	5.9以上	○		
		フルクトサミン				
		インシュリン				
	血液化学検査	肝機能	GOT	41以上	○	
			GPT	46以上	○	
			γ-GTP	男性:96以上、女性:51以上	○	
		コリンエステラーゼ				
		総蛋白 アルブミン				
	腎機能	クレアチニン				
		尿酸 尿素窒素(BUN)				
	血液一般	赤血球	男性:3.99以下、または5.8以上、 女性:3.69以下、または5.5以上	○		
白血球		男性:3.9以下、または9.8以上 女性:3.5以下、または9.1以上	○			
血色素		男性:12.9以下、または18.0以上 女性:11.4以下、または17.0以上	○			
血球容積			○			
ヘマトクリット値		男性:37.9以下、または55.0以上 女性:32.9以下、または48.0以上	○			
尿検査	電解質	カリウム				
	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					
生理検査	脈波	脈波伝搬速度(PWV)				
	眼底検査	ScheieH				
		ScheieS K.W				
肺機能	%肺活量	80%未満	○			
	1秒率 最大肺活量 呼気CO濃度	年齢ごとに表示のため、別紙に記載 年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○ ○ ○			
身体能力	形態測定	身長		○		
		体重		○		
		BMI	25以上	○		
		体脂肪率	男性:17~23、女性:20~27	○		
		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	身体能力	最大酸素摂取状況	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○		
		上体起こし	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○		
		長座体前屈	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○		
		握力	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○		
		椅子立ち上がり		○		
		閉眼片足立ち	性別・年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○		
		下肢筋力		○		
		閉眼片足立ち		○		
		10m障害物歩行		○		
		全身反応時間	年齢ごとに表示のため、別紙に記載	○		
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			
			ヘル ス ア ッ プ			
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	はい	○			
	間食摂取の有無	いいえ	○			
	食品バランスへの配慮					
	栄養成分を気にする	購入時に参考にしている	○			
	野菜の摂取状況	ほとんど毎日	○			
	果物摂取状況	ほとんど毎日	○			
	魚摂取状況	ほとんど毎日	○			
	肉摂取状況	ほとんど毎日	○			
	卵の摂取状況	ほとんど毎日	○			
	甘いものの摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○			
	油ものの摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○			
	塩分摂取状況	つげもの：1日に1回以下	○			
	牛乳摂取状況	ほとんど毎日	○			
	チーズ摂取状況					
	大豆製品の摂取状況	ほとんど毎日	○			
	ごはんの摂取状況	毎食	○			
	みそ汁の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○			
パン食の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○				
麺類の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○				
甘味飲料の摂取状況	「最も良好な状態」は規定しない	○				
海藻の摂取状況	ほとんど毎日	○				
芋類の摂取状況	ほとんど毎日	○				
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	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載				
	脂質量	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○			
	脂質のエネルギー比	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載				
	食物繊維量	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載				
	総カロリー	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○			
	カルシウム量	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○			
	タンパク質	性別・年代ごとに表示のため、別紙に記載	○			
飲酒状況	飲酒の頻度	飲む中で週1回以下	○			
	飲酒量	一合以下の飲酒量	○			
喫煙状況	喫煙の有無	なし	○			
	喫煙本数	0本	○			
	喫煙開始年齢	20歳以上	○			
	禁煙経験の有無					
	禁煙への関心	あり	○			
家族の喫煙状況	本人を含めて家族の喫煙者がいる	○				
運動状況	意識的な運動の有無					
	1日の歩数					
	1回30分以上の運動を週2回以上		○			
睡眠休養状況等	地域での活動状況	地域の行事によく参加する	○			
	運動習慣の総合評価					
	睡眠状況	とれている	○			
	1日の睡眠時間	6~7時間	○			
受療行動等	就寝時間					
	眠りの持続性					
	睡眠状況の総合評価					
	趣味の有無					
	ストレスの有無	感じない	○			
	休養の有無	休養は充分である	○			
	近所関係					
外出の有無	外出をする	○				
意識等	受療行動	「最も良好な状態」は規定しない	○			
	薬品の購入					
	健診受診の有無	あり	○			
	歯科検診受診の有無	あり	○			
	歯磨きの習慣	毎日3回以上	○			
知識	健康に対する自己認識	非常に健康だと思う	○			
	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	あり	○			
	適正食量についての認知					
	タバコの害に対する知識	たばこの影響がある病名を答えている割合	○			

運動をしているを母数とした

評価指標調書 ヘルスアップ教室(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			
			平成14年度健康診断および教室一回目				平成15年度健康診断										
			／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	128.7	15.8	93		127.0	16.1	93	0.26					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ポイント以下のものについて記入して下さい。		
		拡張期血圧	77.4	10.2	93		77.2	9.5	93	0.83							
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	215.9	36.9	93		206.2	34.4	92	0.00					有意に低下	
			HDLコレステロール	57.5	13.8	93		58.6	13.9	92	0.15						
		糖代謝	LDLコレステロール														
			中性脂肪	131.8	105.5	93		107.5	54.2	92	0.02					有意に低下	
		空腹時血糖	104.8	21.5	89		104.0	21.6	90	0.68				×有意に上昇			
		ヘモグロビンA1c	5.4	0.8	93		5.6	0.7	92	0.00				有意に低下			
		形態計測	BMI	24.4	2.8	93		23.7	2.7	92	0.00						
			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	はい	95.7		93											
		間食摂取の有無	いいえ	48.4		93											
		食品バランスへの配慮															
		甘いものの摂取状況	毎日食べる	20.4		93											
		油ものの摂取状況	毎日食べる	39.8		93											
		塩分摂取状況															
	栄養摂取状況	総カロリー	2028.2	460.8	93												
	飲酒状況	飲酒の頻度	週1回以下	24.4		45											
		飲酒量	一合以下の飲酒量	47.7		44											
	喫煙状況	喫煙の有無	吸わない・今は止めた	90.3		93											
		喫煙本数	平均本数	19.2	10.8	9											
		禁煙への関心	禁煙したいと思ったことがある	77.8		9											
	運動状況	意識的な運動の有無															
		1日の歩数															
		1回30分以上の運動を週2回以		55.2		67											
睡眠休養状況 等	睡眠状況	とれている	47.3		93												
	1日の睡眠時間	6-7時間	63.4		93												
受療行動等	受療行動	43.0		93													
意識等	健康に対する自己認識	非常に健康だと思う	5.5		91												

評価指標調書(15年度開始事業分)93名 ヘルスアップ教室(対照群)

			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				
			平成14年度健康診断				平成15年度健康診断及びアンケート								
			／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	133.6	15.8	93					129.7	16.9	93	0.03	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。 有意に低下 ×有意に上昇	
		拡張期血压	79.7	9.1	93					77.4	9.3	93	0.05		
	血液 化学 検査	脂質代謝	総コレステロール	221.2	29.5	93					217.1	32.7	93		0.11
			HDLコレステロール	58.5	14.7	93					58.4	15.0	93		0.93
		糖代謝	LDLコレステロール												
			中性脂肪	122.5	66.6	93					120.3	72.7	93		0.73
		空腹時血糖	103.9	19.0	84					101.5	12.4	89	0.35		
		ヘモグロビンA1c	5.3	0.5	93					5.5	0.4	93	0.00		
	形態計測	BMI	23.9	2.9	93					24.0	2.9	93	0.23		
		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					96.8		93						
		間食摂取の有無					47.2		89						
		食品バランスへの配慮													
		甘いものの摂取状況					29.3		92						
		油ものの摂取状況					22.8		92						
	栄養摂取状況	総カロリー													
	飲酒状況	飲酒の頻度					13.6		44						
		飲酒量					50.0		44						
	喫煙状況	喫煙の有無					84.5		90						
		喫煙本数					23.2	14.8	14						
		禁煙への関心					78.6		14						
	運動状況	意識的な運動の有無													
1日の歩数															
睡眠休養状況 等	1回30分以上の運動を週2回以上					47.7		65							
	睡眠状況					65.9		91							
受療行動等 意識等	1日の睡眠時間					52.2		92							
	受療行動					40.9		93							
	健康に対する自己認識					1.1		92							

評価指標調書(15年度開始事業分)93名評価者コメント(ヘルスアップ教室)

<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>身体状況(総コレステロール、中性脂肪、BMI)で有意な低下を示し、良好な結果を得た。 一方、ヘモグロビンA1cでは有意な上昇を認めた。 その他の身体状況の項目では特に大きな変化は見られなかった。</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</p>	<p>対照群においては1年後に身体状況の収縮期血圧が有意に減少していた。 初回調査時に対照群における収縮期血圧は介入群より若干高かったので、中心への回帰現象とも考えられる。 また、ヘモグロビンA1cは介入群と同様に有意な上昇を示した。その他の身体状況の項目では介入群、対照群で大きな違いはない。</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>特に認められない。</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>平成15年度から個別への対応をより適切に行うため一人一人のデータを関係者で総合的に検討するケースカンファレンスを実施することになった。 個人の情報を関係者が共有し、より効果的できめ細かい指導を行うことができるようになったことの評価がまだできないので、追跡調査の結果でその評価を行う必要がある。 さらに、このようなカンファレンスを行うことで今まで以上に業務量が増大したと考えられ、費用対効果の点からの検討も必要であろう。</p>

評価指標調書(15年度開始事業分)93名評価者コメント(事業全体)

<p>事業実施でみられた効果</p>	<p>平成15年度の参加者に関しては、アンケートによる生活習慣(行動)や意識等に関するデータがまだ集まっておらず、総合的な効果の検討は現状ではまだできない。</p>
<p>問題点や課題</p>	<p>平成15年度の参加者の評価は、モデル事業終了時の平成16年度で「介入終了してから1年後」ということになる。 運動習慣、食習慣など生活習慣の変容の評価を適切に行うためには、長い時間の評価が必須である。 モデル事業終了後の評価をどのようにやっていくかが今後の課題である。</p>