

# 個別健康支援プログラム別対照群

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		対照群		
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	血圧	収縮期血圧	○	
		拡張期血圧	○	
		脈拍数	○	
	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	○	
		中性脂肪	○	
		リポ蛋白		
		アポ蛋白		
		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			
	肝機能	GOT		
		GPT		
		γ-GTP		
		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		
		白血球		
		血色素		
		血球容積		
		ヘマトクリット値		
	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				
脈波	脈波伝搬速度(PWV)			
	眼底検査	ScheieH		
		ScheieS		
K.W				
肺機能	%肺活量			
	1秒率			
	最大肺活量			
	呼気CO濃度			
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			
	基礎代謝量			

# 個別健康支援プログラム別対照群

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		対照群	
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		
	反復横とび		
	急歩		
	たち幅とび		
	6分間歩行		
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	○	
	3食の中の夕食の比重	○	
	間食摂取の有無	○	
	食品バランスへの配慮	○	
	栄養成分を気にする	○	
	野菜の摂取状況	○	
	果物摂取状況	○	
	魚摂取状況	○	
	肉摂取状況	○	
	卵の摂取状況	○	
	甘いものの摂取状況	○	
	油ものの摂取状況	○	
	飽和脂肪酸の摂取状況	○	
	塩分摂取状況	○	
	牛乳摂取状況	○	
	低脂肪乳の摂取状況	○	
	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	○	
	コレステロールを多く含む食品への配慮	○	
薄味への配慮	○		
生活習慣（行動）	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	○
		食塩相当量	○
		PFC比	○
		s. m. p比	○
		n-3/n-6比	○

# 個別健康支援プログラム別対照群

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		対照群
飲酒状況	飲酒の頻度	○
	飲酒量	○
喫煙状況	喫煙の有無	○
	喫煙本数	○
	喫煙開始年齢	
	禁煙経験の有無	○
	禁煙への関心	○
	家族の喫煙状況	
	ブリンクマン指数	○
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	○
	運動不足感の有無	
	地域での活動状況	
	意識的な身体活動の状況	○
睡眠休養状況等	睡眠状況	○
	1日の睡眠時間	
	就寝時間	
	眠りの持続性	
	趣味の有無	
	ストレスの有無	○
	ストレス解消法の有無	○
	余暇の有無	
	休養の有無	
	近所関係	
	外出の有無	
受療行動等	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	○
	歯磨きの習慣	○
意識等	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	
知識	健康についての知識	
	適正体重の認知	○
	適正食事量についての認知	
	適正カロリー量についての知識	○
	必要運動量についての知識	○
	タバコの害に対する知識	
意向	適正体重に近づけることへの意向	○
	運動への意向	○
	周囲の支援・協力	○
強化因子	運動の楽しさの経験	○
	歩数、運動時間の測定	○
	体重測定	○
その他	総医療費	○

は、国の項目になく草加市が追加した指標

## 個別健康支援プログラム別評価指標(2)

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

すこやか教室(仮)

		プ ロ グ ラ ム 前	プ ロ グ ラ ム 中	プ ロ グ ラ ム 後	
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	血圧	収縮期血圧	6/28~7/3	10月	1月
		拡張期血圧	6/28~7/3	10月	1月
		脈拍数	6/28~7/3	10月	1月
	脂質代 謝	総コレステロール	6/28~7/3		1月
		HDLコレステロール	6/28~7/3		1月
		LDLコレステロール	6/28~7/3		1月
		中性脂肪	6/28~7/3		1月
		リポ蛋白			
		アポ蛋白			
	糖代謝	空腹時血糖	6/28~7/3		1月
		ヘモグロビンA1c	6/28~7/3		1月
		フルクトサミン			
		インシュリン			
	肝機能	GOT			
		GPT			
		γ-GTP			
		コリンエステラーゼ			
		総蛋白			
	腎機能	アルブミン			
		クレアチニン			
	腎機能	尿酸			
		尿素窒素(BUN)			
	血液一 般	赤血球			
		白血球			
血色素					
血球容積					
ヘマトクリット値					
電解質	カリウム				
	トリグリセライド				
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				
脈波	脈波伝搬速度(PWV)				
	ScheieH				
眼底検 査	ScheieS				
	K.W				
	%肺活量				
肺機能	1秒率				
	最大肺活量				
	呼気CO濃度				
	身長	7/~8/		1/~2/	
形態測定	体重	7/~8/		1/~2/	
	BMI	7/~8/		1/~2/	
	体脂肪率	7/~8/		1/~2/	
	腹腔内脂肪				
	皮脂質				
	ウエスト	7/~8/		1/~2/	
	ヒップ	7/~8/		1/~2/	
	胸囲	7/~8/		1/~2/	
	臀部周囲				
	骨密度				
	基礎代謝量	7/~8/		1/~2/	

## 個別健康支援プログラム別評価指標(2)

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		プログラム前	プログラム中	プログラム後
身体能力	最大酸素摂取状況			
	上体起こし	9/1		1月
	長座体前屈	9/1		1月
	握力	9/1		1月
	椅子立ち上がり			
	閉眼片足立ち			
	下肢筋力			
	開眼片足立ち	9/1		1月
	10m障害物歩行	9/1		1月
	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			
	反復横とび	9/1		1月
	急歩	9/1		1月
	たち幅とび	9/1		1月
	6分間歩行	9/1		1月
食生活	食事速度	7/～8/	10月	2月
	満腹への配慮	7/～8/	10月	2月
	食事の規則正しさ	7/～8/	10月	2月
	朝食の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	3食の中の夕食の比重	7/～8/	10月	2月
	間食摂取の有無	7/～8/	10月	2月
	食品バランスへの配慮	7/～8/	10月	2月
	栄養成分を気にする	7/～8/	10月	2月
	野菜の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	果物摂取状況	7/～8/	10月	2月
	魚摂取状況	7/～8/	10月	2月
	肉摂取状況	7/～8/	10月	2月
	卵の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	甘いものの摂取状況	7/～8/	10月	2月
	油ものの摂取状況			
	飽和脂肪酸の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	塩分摂取状況	7/～8/	10月	2月
	牛乳摂取状況	7/～8/	10月	2月
	低脂肪乳の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	チーズ摂取状況	7/～8/	10月	2月
	大豆製品の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	ごはんの摂取状況			
	みそ汁の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	パン食の摂取状況			
	麺類の摂取状況			
	甘味飲料の摂取状況	7/～8/	10月	2月
	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	7/～8/	10月	2月
	コレステロールを多く含む食品への配慮	7/～8/	10月	2月
	薄味への配慮	7/～8/	10月	2月
	生活習慣(行動) 栄養摂取状況	コレステロール量	7/～8/	
脂質量		7/～8/		2月
脂質のエネルギー比				
食物繊維量		7/～8/		2月
総カロリー		7/～8/		2月
カルシウム量		7/～8/		2月
タンパク質		7/～8/		2月
食塩相当量		7/～8/		2月
PFC比		7/～8/		2月
s. m. p比		7/～8/		2月
n-3/n-6比		7/～8/		2月

## 個別健康支援プログラム別評価指標(2)

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		プログラム前	プログラム中	プログラム後
飲酒状況	飲酒の頻度	7/～8/	10月	2月
	飲酒量	7/～8/	10月	2月
喫煙状況	喫煙の有無	7/～8/	10月	2月
	喫煙本数	7/～8/	10月	2月
	喫煙開始年齢			
	禁煙経験の有無	7/～8/	10月	2月
	禁煙への関心	7/～9/	10月	2月
	家族の喫煙状況			
	ブリンクマン指数	7/～8/	10月	2月
運動状況	意識的な運動の有無			
	1日の歩数	7/～8/	10月	2月
	1回30分以上の運動を週2回以上	7/～8/	10月	2月
	運動不足感の有無			
	地域での活動状況			
	意識的な身体活動の状況	7/～8/	10月	2月
睡眠休養状況等	睡眠状況	7/～8/	10月	2月
	1日の睡眠時間			
	就寝時間			
	眠りの持続性			
	趣味の有無			
	ストレスの有無	7/～8/	10月	2月
	ストレス解消法の有無	7/～8/	10月	2月
	余暇の有無			
	休養の有無			
	近所関係			
受療行動等	外出の有無			
	受療行動	7/～8/	10月	2月
	薬品の購入			
	健診受診の有無	7/～8/	10月	2月
	歯科検診受診の有無	7/～8/	10月	2月
	歯磨きの習慣	7/～8/	10月	2月
意識等	健康に対する自己認識	7/～8/	10月	2月
	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	7/～8/	10月	2月
	適正食事量についての認知			
	適正カロリー量についての知識	7/～8/	10月	2月
	必要運動量についての知識	7/～8/	10月	2月
	タバコの害に対する知識			
意向	適正体重に近づけることへの意向	7/～8/	10月	2月
	運動への意向	7/～8/	10月	2月
	禁煙への意向	7/～8/	10月	2月
	周囲の支援・協力	7/～8/	10月	2月
強化因子	運動の楽しさの経験	7/～8/	10月	2月
	歩数、運動時間の測定	7/～8/	10月	2月
	体重測定	7/～8/	10月	2月
その他	総医療費			

  は、国の項目になく草加市が追加した指標

## 個別健康支援プログラム別対照群(2)

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		対照群		
		プログラム前	プログラム中	プログラム後
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	血圧	収縮期血圧	6/28~7/3	1月
		拡張期血圧	6/28~7/3	1月
		脈拍数	6/28~7/3	1月
	脂質代謝	総コレステロール	6/28~7/3	1月
		HDLコレステロール	6/28~7/3	1月
		LDLコレステロール	6/28~7/3	1月
		中性脂肪	6/28~7/3	1月
		リポ蛋白		
		アポ蛋白		
	糖代謝	空腹時血糖	6/28~7/3	1月
		ヘモグロビンA1c	6/28~7/3	1月
		フルクトサミン		
		インシュリン		
	肝機能	GOT		
		GPT		
		γ-GTP		
		コリンエステラーゼ		
		総蛋白		
	腎機能	アルブミン		
		クレアチニン		
	腎機能	尿酸		
		尿素窒素(BUN)		
	血液一般	赤血球		
		白血球		
		血色素		
		血球容積		
ヘマトクリット値				
電解質	カリウム			
	トリグリセライド			
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		
		脈波	脈波伝搬速度(PWV)	
眼底検査	ScheieH			
	ScheieS			
	K.W			
肺機能	%肺活量			
	1秒率			
	最大肺活量			
	呼気CO濃度			
形態測定	身長	6/28~7/3	1月	
	体重	6/28~7/3	1月	
	BMI	6/28~7/3	1月	
	体脂肪率	6/28~7/3	1月	
	腹腔内脂肪			
	皮脂質			
	ウェスト			
	ヒップ			
	胸囲			
	臀部周囲			
	骨密度			
	基礎代謝量			

## 個別健康支援プログラム別対照群(2)

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		プログラム前	プログラム中	プログラム後
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			
	反復横とび			
急歩				
たち幅とび				
6分間歩行				
食生活	食事速度	5月		2月
	満腹への配慮	5月		2月
	食事の規則正しさ	5月		2月
	朝食の摂取状況	5月		2月
	3食の中の夕食の比重	5月		2月
	間食摂取の有無	5月		2月
	食品バランスへの配慮	5月		2月
	栄養成分を気にする	5月		2月
	野菜の摂取状況	5月		2月
	果物摂取状況	5月		2月
	魚摂取状況	5月		2月
	肉摂取状況	5月		2月
	卵の摂取状況	5月		2月
	甘いものの摂取状況	5月		2月
	油ものの摂取状況			
	飽和脂肪酸の摂取状況	5月		2月
	塩分摂取状況	5月		2月
	牛乳摂取状況	5月		2月
	低脂肪乳の摂取状況	5月		2月
	チーズ摂取状況	5月		2月
	大豆製品の摂取状況	5月		2月
	ごはんの摂取状況			
	みそ汁の摂取状況	5月		2月
	パン食の摂取状況			
	麺類の摂取状況			
	甘味飲料の摂取状況	5月		2月
	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	5月		2月
	コレステロールを多く含む食品への配慮	5月		2月
薄味への配慮	5月		2月	
生活習慣(行動) 栄養摂取状況	コレステロール量	5月		2月
	脂質量	5月		2月
	脂質のエネルギー比			
	食物繊維量	5月		2月
	総カロリー	5月		2月
	カルシウム量	5月		2月
	タンパク質	5月		2月
	食塩相当量	5月		2月
	PFC比	5月		2月
	s.m.p比	5月		2月
	n-3/n-6比	5月		2月



## 個別健康支援プログラム別対照群(2)

※プログラム毎に貴市町村が収集しようとしている指標に○をつけてください。

		プログラム前	プログラム中	プログラム後
飲酒	飲酒の頻度	5月		2月
	飲酒量	5月		2月
喫煙状況	喫煙の有無	5月		2月
	喫煙本数	5月		2月
	喫煙開始年齢			
	禁煙経験の有無	5月		2月
	禁煙への関心	5月		2月
	家族の喫煙状況			
	ブリンクマン指数	5月		2月
運動状況	意識的な運動の有無			
	1日の歩数	5月		2月
	1回30分以上の運動を週2回以上	5月		2月
	運動不足感の有無			
	地域での活動状況			
	意識的な身体活動の状況	5月		2月
睡眠休養状況等	睡眠状況	5月		2月
	1日の睡眠時間			
	就寝時間			
	眠りの持続性			
	趣味の有無			
	ストレスの有無	5月		2月
	ストレス解消法の有無	5月		2月
	余暇の有無			
	休養の有無			
	近所関係			
外出の有無				
受療行動等	受療行動	5月		2月
	薬品の購入			
	健診受診の有無	5月		2月
	歯科検診受診の有無	5月		2月
	歯磨きの習慣	5月		2月
意識等	健康に対する自己認識	5月		2月
	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	5月		2月
	適正食事量についての認知			
	適正カロリー量についての知識	5月		2月
	必要運動量についての知識	5月		2月
	タバコの害に対する知識			
意向	適正体重に近づけることへの意向	5月		2月
	運動への意向	5月		2月
	禁煙への意向	5月		2月
	周囲の支援・協力	5月		2月
強化因子	運動の楽しさの経験	5月		2月
	歩数、運動時間の測定	5月		2月
	体重測定	5月		2月
その他	総医療費			

                     は、国の項目になく草加市が追加した指標