

評価指標調書(15年度開始事業分) 温泉2(湯ったり)グループ(介入群)

	単位	平成15年8月				平成15年10月				
		／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	
		対象疾病	高血圧症 高脂血症 糖尿病 肥満症 骨粗鬆症 基準							
プログラム継続期間										
指標測定時期										
身体状況	血圧	収縮期血圧	121.5	19.8	22	120.0	15.3	22	0.779	
		拡張期血圧	76.7	11.3	22	74.2	15.9	22	0.568	
	脂質代謝	脈拍数								
		総コレステロール	247.5	18.7	22	243.5	17.3	22	0.466	
		HDLコレステロール	70.2	11.4	22	71.0	13.7	22	0.843	
		LDLコレステロール	160.7	15.8	22	157.0	15.2	22	0.439	
		中性脂肪	107.8	49.8	22	113.2	77.4	22	0.787	
		リポ蛋白 アポ蛋白								
	糖代謝	空腹時血糖	87.2	7.7	22					
		ヘモグロビンA1c	4.7	0.4	22					
		フルクトサミン								
		インシュリン								
	肝機能	GOT	21.2	4.8	22					
		GPT	17.2	5.9	22					
		γ-GTP	30.3	24.0	22					
		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	0.6	0.1	22					
		尿酸 尿素窒素(BUN)	5.1	1.2	22					
	血液一般	赤血球	438.0	31.0	22					
		白血球	4713.6	993.3	22					
		血色素	13.5	1.0	22					
		血球容積	92.8	4.2	22					
		ヘマトクリット値	40.6	2.4	22					
	電解質	カリウム								
		トリグリセライド								
		尿一般	尿蛋白定性	95.5	0.4	22				
尿糖定性			100.0	0.0	22					
尿潜血反応			68.2	0.8	22					
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	90.9	0.3	22					
		ScheieS	86.4	0.3	22					
KW		90.9	0.3	22						
肺機能	%肺活量									
	1秒率									
	最大肺活量 呼吸CO濃度									
形態測定	身長	cm	155.7	6.9	22	155.5	6.8	22	0.923	
	体重	kg	56.9	6.4	22	56.7	6.6	22	0.932	
	BMI		23.4	1.9	22	23.4	1.8	22	0.968	
	体脂肪率					31.8	3.2	22		
	腹腔内脂肪									
	皮脂質									
	ウェスト									
	ヒップ									
身体能力	胸囲									
	腎部周囲									
	骨密度									
	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										

評価指標調書(15年度開始事業分) 温泉2(湯ったり)グループ(介入群)

		単位	平成15年8月				平成15年10月				
			／平均 割合値	標準 差	n 数	p 値	／平均 割合値	標準 差	n 数	p 値	
生活習慣(行動)	食生活	食事速度	68.2	0.5	22						
		満腹への配慮	45.5	0.5	22						
		食事の規則正しさ	81.8	0.4	22						
		朝食の摂取状況	3.9	0.3	22						
		間食摂取の有無	36.4	0.5	22						
		食品バランスへの配慮	86.4	0.3	22						
		栄養成分を気にする	13.6	0.3	22						
		野菜の摂取状況	7.9	1.6	22						
		果物摂取状況	5.0	1.6	22						
		魚摂取状況	3.9	1.3	22						
		肉摂取状況	3.9	1.1	22						
		卵の摂取状況	4.1	1.3	22						
		甘いものの摂取状況	54.5	0.5	22						
		油ものの摂取状況	72.7	0.4	22						
		塩分摂取状況	72.7	0.4	22						
		牛乳摂取状況	5.2	2.3	22						
		チーズ摂取状況	3.0	1.2	22						
		大豆製品の摂取状況	5.0	1.7	22						
		ごはんの摂取状況	5.9	1.5	22						
		みそ汁の摂取状況									
		パン食の摂取状況	3.0	2.0	22						
		種類の摂取状況									
		甘味飲料の摂取状況									
		海藻の摂取状況	4.2	1.7	22						
		芋類の摂取状況									
		健康的な生活のための食事への配慮									
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									
	飲酒状況	タンパク質									
		飲酒の頻度	回/週	3.4	2.3	9					
	喫煙状況	飲酒量									
		喫煙の有無		4.5	0.3	22					
		喫煙本数	本/日	25.0	5.0	2					
		喫煙開始年齢		19.0	1.0	2					
		禁煙経験の有無		4.5	0.3	22					
		禁煙への関心									
	運動状況	家族の喫煙状況									
		意識的な運動の有無		68.2	0.5	22					
		1日の歩数	歩/日	9000.0	1000.0	2					
		1回30分以上の運動を週2回以上		27.3	0.4	22					
		運動不足感の有無		13.6	0.3	22					
		地域での活動状況		59.1	0.5	22					
	睡眠休養状況等	運動習慣の総合評価									
		睡眠状況		77.3	0.4	22					
		1日の睡眠時間	分/日	436.4	39.1	22					
		就寝時間		1373.2	52.7	22					
		眼りの持続性		72.7	0.4	22					
		睡眠状況の総合評価									
趣味の有無											
ストレスの有無			45.5	0.5	22						
余暇の有無											
休養の有無		日/週	2.1	2.2	22						
受療行動等	近所関係										
	外出の有無										
	受療行動		22.7	0.4	22						
	薬品の購入		50.0	0.5	22						
	健診受診の有無										
	歯科検診受診の有無										
意識等	歯磨きの習慣	回/日	2.1	0.8	22						
	健康に対する自己認識		54.6	0.7	22						
	現在の生活への満足度		63.6	0.5	22						
知識	体力への自信										
	健康についての知識		72.7	0.4	22						
	適正体重の認知										
その他	適正食量についての認識										
	タバコの害に対する知識										

評価指標調書(15年度開始事業分) 温泉2(湯ったり)グループ(介入群)

対象疾病	プログラム継続期間 指標測定時期	単位	平成15年12月				平成16年2月				評価者によるコメント
			／平均 割合	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合	標準 偏差	n 数	p 値	
高血圧症 高脂血症 糖尿病 肥満症 骨粗鬆症 禁煙											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。
対象疾病	血圧	収縮期血圧	117.1	16.5	22	0.438	122.8	18.5	21	0.834	
		拡張期血圧	71.9	12.9	22	0.204	73.9	14.4	21	0.483	
	脂質代謝	総コレステロール	234.2	21.6	22	0.039	238.3	21.6	21	0.152	LDLコレステロール
		HDLコレステロール	66.5	12.4	22	0.321	69.8	10.8	21	0.915	
		LDLコレステロール	149.4	19.1	22	0.042	149.4	22.6	21	0.072	
		中性脂肪	117.8	68.9	22	0.591	117.8	73.9	21	0.615	
		リポ蛋白 アポ蛋白									
	糖代謝	空腹時血糖					92.3	7.5	21	0.038	空腹時血糖上昇
		ヘモグロビンA1c					4.9	0.3	21	0.243	
		フルクトサミン インシュリン									
	血液化学検査	肝機能	GOT				21.2	7.1	21	0.995	
			GPT				17.8	7.2	21	0.781	
		γ-GTP				31.5	27.6	21	0.882		
		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					0.7	0.1	21	0.808	
		尿酸 尿素窒素(BUN)					5.0	1.3	21	0.633	
	血液一般	赤血球					448.0	33.0	21	0.326	血色素上昇
		白血球					4766.7	1142.8	21	0.875	
		血色素					14.2	1.0	21	0.039	
		血球容積 ヘマトクリット値					93.4	3.7	21	0.656	
	電解質	カリウム					41.8	2.5	21	0.135	
		トリグリセライド									
	尿検査	尿一般	尿蛋白定性				85.7	0.4	21	0.294	
			尿糖定性				90.5	0.0	21	0.150	
		尿潜血反応				52.4	1.0	21	0.416		
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 1秒率 最大肺活量 呼気CO濃度									
	形態測定	身長	cm	155.4	7.0	22	0.886	155.8	6.8	21	0.944
体重		kg	56.6	6.7	22	0.901	56.4	6.6	21	0.818	
BMI			23.4	1.6	22	0.953	23.2	1.7	21	0.632	
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			30.9	4.4	22		31.9	3.4	21		
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											

		単位	平成15年12月				平成16年2月				評価者によるコメント
			／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	
生活習慣(行動)	食生活	食事速度									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。
		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									
		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									
		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										
飲酒状況	脂質のエネルギー比										
	食物繊維量										
喫煙状況	総カロリー										
	カルシウム量										
運動状況	タンパク質										
	飲酒の頻度	回/週									
睡眠休養状況等	飲酒量										
	喫煙の有無										
受療行動等	喫煙本数	本/日									
	喫煙開始年齢										
意識等	禁煙経験の有無										
	禁煙への関心										
知識	家族の喫煙状況										
	意識的な運動の有無										
その他	1日の歩数	歩/日									
	1回30分以上の運動を週2回以上										
受療行動等	運動不足感の有無										
	地域での活動状況										
知識	運動習慣の総合評価										
	睡眠状況										
意識等	1日の睡眠時間	分/日									
	就寝時間										
知識	眠りの持続性										
	睡眠状況の総合評価										
意識等	趣味の有無										
	ストレスの有無										
知識	余暇の有無										
	休養の有無	日/週									
意識等	近所関係										
	外出の有無										
知識	受療行動										
	薬品の購入										
意識等	健診受診の有無										
	歯科検診受診の有無										
知識	歯磨きの習慣	回/日									
	健康に対する自己認識										
意識等	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										
意識等	適正食量についての認知										
	タバコの害に対する知識										
知識											

評価指標調書 温泉2(湯ったり)グループ(対照群)

		測定時期(○週目、○ヶ月目とご記入ください)	平成15年8月対照群				
			平均値	標準偏差	n	p	
		単位	割			値	
身体状況	血圧	収縮期血圧		134.6	19.2	336	
		拡張期血圧		81.8	12.3	336	
		脈拍数					
	血液化学検査	脂質代謝	総コレステロール		230.7	26.3	336
			HDLコレステロール		67.8	13.6	336
			LDLコレステロール				
			中性脂肪		141.7	85.7	336
			リポ蛋白				
		糖代謝	空腹時血糖		100.7	22.5	336
			ヘモグロビンA1c		5.2	0.5	336
			フルクトサミン				
		肝機能	インシュリン				
			GOT		21.0	6.5	336
	GPT			20.4	12.0	336	
	γ-GTP			24.7	19.8	336	
	腎機能	コリンエステラーゼ					
		総蛋白					
		アルブミン					
	血液一般	クレアチニン		0.9	0.2	336	
		尿酸		4.8	1.2	336	
		尿素窒素(BUN)					
	尿検査	尿一般	赤血球		452.7	38.8	336
			白血球		5782.1	1320.4	336
			血色素		14.1	1.3	336
			血球容積				
			ヘマトクリット値		41.2	3.3	336
生理検査	電解質	カリウム					
		トリグリセライド					
	眼底検査	尿蛋白定性		93.8	0.3	336	
		尿糖定性		97.0	0.3	336	
		尿潜血反応		81.5	0.7	336	
脈波	尿中コチニン濃度						
	尿中塩分量						
	脈波伝搬速度(PWV)						
形態測定	肺機能	ScheieH		32.7	0.4	336	
		ScheieS		28.0	0.5	336	
		K.W		26.5	0.5	336	
	身体能力	%肺活量					
		1秒率					
		最大肺活量					
		呼気CO濃度					
		身長	cm	155.0	8.2	336	
		体重	kg	55.3	9.4	336	
		BMI		23.0	3.1	336	
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							

評価指標調書 温泉2(湯ったり)グループ(対照群)

		測定時期(○適目、○ヶ月目とご記入ください)	平成15年8月対照群				
			単位	／値 割	平均 偏差	n 数	p 値
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					
		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					
		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							
種類の摂取状況							
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							
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					
	飲酒状況	タンパク質					
		飲酒の頻度					
	喫煙状況	飲酒量					
		喫煙の有無					
	運動状況	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					
		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						
	運動不足感の有無						
	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						
受療行動等	趣味の有無						
	ストレスの有無						
	余暇の有無						
	休養の有無						
	近所関係						
意識等	外出の有無						
	受療行動						
	薬品の購入						
知識	健診受診の有無						
	歯科検診受診の有無						
	歯磨きの習慣						
その他	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						
	適正食事量についての認知						
その他	タバコの害に対する知識						

<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>LDLコレステロールの低下傾向</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</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>血色素の増加、空腹時血糖の増加</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>		

評価指標調書 全体(介入群)

		単位	平成15年8月				平成15年10月				
			／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	
対象 疾病	高血圧症										
	高脂血症										
	糖尿病										
	肥満症										
	骨粗鬆症 禁煙										
プログラム継続期間											
指標測定時期											
身体 状況	血圧	収縮期血圧		122.8	20.8	62	121.6	16.7	62	0.727	
		拡張期血圧		75.5	12.7	62	74.0	12.8	62	0.516	
		脈拍数									
	脂質代 謝	総コレステロール		247.1	19.6	62	238.0	23.6	62	0.022	
		HDLコレステロール		69.6	14.3	62	69.6	14.9	62	0.995	
		LDLコレステロール		160.1	17.4	62	151.6	21.3	62	0.018	
		中性脂肪		118.6	77.0	62	115.7	71.0	62	0.834	
		リポ蛋白 アポ蛋白									
		糖代謝	空腹時血糖		89.8	10.9	62				
	ヘモグロビンA1c			4.8	0.4	62					
	フルクトサミン インシュリン										
	血液化学 検査	肝機能	GOT		20.9	5.0	62				
			GPT		18.8	9.6	62				
			γ-GTP		32.1	29.0	62				
		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		0.6 5.2	0.1 1.3	62 62				
	尿素窒素(BUN)										
	血液一 般	赤血球		445.2	34.5	62					
		白血球		4711.3	1023.9	62					
		血色素		13.6	1.1	62					
		血球容積		92.3	3.4	62					
		ヘマトクリット値		41.1	3.0	62					
	尿検査	電解質	カリウム								
			トリグリセライド 尿蛋白定性 尿糖定性		95.2 100.0	0.3 0.0	62 62				
		尿一般	尿潜血反応 尿中コチニン濃度 尿中塩分量		69.4	1.0	62				
			脈波	脈波伝搬速度(PWV)							
			眼底検査	ScheieH ScheieS K,W		91.9 85.5 88.7	0.3 0.4 0.4	62 62 62			
		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		cm	155.4	6.1	62	155.2	6.1	62	0.877	
	体重	kg	55.6	7.1	62	55.6	7.3	62	0.974		
	BMI		23.0	2.3	62	23.0	2.3	62	0.892		
	体脂肪率 腹腔内脂肪 皮脂質 ウエスト ヒップ 胸囲 臀部周囲 骨密度					30.5 4.7	62				
	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									

評価指標調査 全体(介入群)

		単位	平成15年8月				平成15年10月			
			／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
生活 習慣 (行動)	食生活	食事速度	53.2	0.5	62					
		満腹への配慮	43.5	0.5	62					
		食事の規則正しさ	74.2	0.4	62					
		朝食の摂取状況	3.9	0.3	62					
		間食摂取の有無	41.9	0.5	62					
		食品バランスへの配慮	79.0	0.4	62					
		栄養成分を気にする	14.5	0.4	62					
		野菜の摂取状況	回/週	7.2	1.6	62				
		果物の摂取状況	回/週	5.2	1.6	62				
		魚の摂取状況	回/週	4.1	1.3	62				
		肉の摂取状況	回/週	4.0	1.3	62				
		卵の摂取状況	回/週	4.2	1.2	62				
		甘いものの摂取状況		59.7	0.5	62				
		油ものの摂取状況		82.3	0.4	62				
		塩分摂取状況		79.0	0.4	62				
		牛乳摂取状況	回/週	5.8	1.9	62				
		チーズ摂取状況	回/週	3.0	1.2	62				
		大豆製品の摂取状況	回/週	5.2	1.6	62				
		ごはんの摂取状況	回/週	6.0	1.4	62				
		みそ汁の摂取状況								
	パン食の摂取状況	回/週	3.5	2.0	62					
	麺類の摂取状況									
	甘味飲料の摂取状況									
	海藻の摂取状況	回/週	4.5	1.7	62					
	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	回/週	3.8	2.4	26				
		飲酒量								
喫煙状況	喫煙の有無		1.6	0.3	62					
	喫煙本数	本/日	20.7	11.9	6					
	喫煙開始年齢		19.8	2.5	6					
	禁煙経験の有無		8.1	0.3	62					
	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		71.0	0.5	62					
	1日の歩数	歩/日	8600.0	3347.8	9					
	1回30分以上の運動を週2回以上		29.0	0.5	62					
	運動不足感の有無		17.7	0.4	62					
	地域での活動状況		53.2	0.5	62					
	運動習慣の総合評価									
睡眠休養状況 等	睡眠状況		67.7	0.5	62					
	1日の睡眠時間	分/日	423.9	52.1	62					
	就寝時間		1378.1	53.0	62					
	眼りの持続性		71.0	0.5	62					
	睡眠状況の総合評価									
	趣味の有無									
	ストレスの有無		50.0	0.5	62					
	余暇の有無									
受療行動等	休養の有無	日/週	2.2	2.0	62					
	近所関係									
	外出の有無									
	受療行動		22.6	0.4	62					
	薬品の購入		51.6	0.5	62					
意識等	健診受診の有無									
	歯科検診受診の有無									
	歯磨きの習慣	回/日	2.3	0.8	62					
	健康に対する自己認識		46.8	0.8	62					
知識	現在の生活への満足度		67.7	0.5	62					
	体力への自信									
	健康についての知識		77.4	0.4	62					
その他	適正体重の認知									
	適正食量量についての認識									
	タバコの害に対する知識									

評価指標調書 全体(介入群)

		単位	平成15年12月				平成16年2月				評価者によるコメント		
			／平均 割合	標準 偏差	n 数	p 値	／平均 割合	標準 偏差	n 数	p 値			
対象 疾病	高血圧症										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。		
	高脂血症												
	糖尿病												
	肥満症												
	骨粗鬆症												
	禁煙												
	プログラム継続期間												
	指標測定時期												
	身体 状況	血圧	収縮期血圧	120.8	19.2	62	0.581	119.4	20.6	60		0.369	
			拡張期血圧	72.7	12.1	62	0.224	73.5	12.1	60		0.375	
脈拍数													
血液 化学 検査		脂質代謝	総コレステロール	228.5	24.0	62	0.000	234.6	22.6	60	0.002	総コレステロール、LDLコレステロールの低下	
			HDLコレステロール	65.8	14.0	62	0.149	69.5	16.4	60	0.972		
			LDLコレステロール	144.8	22.4	62	0.000	147.3	19.9	60	0.000		
			中性脂肪	117.7	58.6	62	0.945	112.1	56.5	60	0.602		
			リポ蛋白 アポ蛋白										
		糖代謝	空腹時血糖					92.2	20.8	60	0.435		
			ヘモグロビンA1c					4.9	0.8	60	0.140		
			フルクトサミン										
			インシュリン										
			インシュリン										
肝機能		GOT					21.5	6.2	60	0.609			
		GPT					19.0	10.3	60	0.908			
		γ-GTP					30.1	28.0	60	0.700			
		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					0.6	0.1	60	0.806			
		尿酸 尿窒素素(BUN)					4.8	1.2	60	0.164			
血液 一般	赤血球					451.9	30.1	60	0.260	血色素の上昇			
	白血球					4943.3	1198.1	60	0.257				
	血色素					14.1	0.9	60	0.002				
	血球容積					92.5	3.3	60	0.790				
	ヘマトクリット値					41.8	2.6	60	0.181				
尿 検査	電解質	カリウム											
	尿一般	トリグリセライド								尿糖反応(-)の増加			
		尿蛋白定性				91.7	0.4	60	0.451				
		尿糖定性				93.3	0.5	60	0.041				
		尿潜血反応				63.3	1.0	60	0.562				
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 1秒率												
	最大肺活量 呼吸CO濃度												
形態 測定		身長	cm	155.2	6.2	62	0.891	155.3	6.2	60	0.951		
		体重	kg	55.5	7.1	62	0.957	54.7	8.4	60	0.566		
		BMI		23.0	2.1	62	0.990	22.6	2.8	60	0.466		
		体脂肪率		30.4	4.9	62		30.7	4.9	60			
		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											
		閉眼片足立ち											
		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													

評価指標調書 全体(介入群)

		単位	平成15年12月				平成16年2月				評価者によるコメント	
			／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		
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 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 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	回/週 回/週								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。	
	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 飲酒量	回/週									
	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	本/日									
	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 運動習慣の総合評価	歩/日									
	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 睡眠状況の総合評価 趣味の有無 ストレスの有無 余暇の有無 休養の有無 近所関係 外出の有無	分/日 日/週									
	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	回/日									
	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 適正食量についての認知 タバコの害に対する知識										
	その他											

<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>総コレステロール、LDLコレステロールの有意な低下が認められた。</p>
	<p>介入群と対照群の比較について</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>血色素の上昇が認められた。</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>生活行動に関してのプログラム終了時の調査は行なわれていないが、コレ</p>