

表1 特定保健指導の実績

年度	契約団体数	総数	男	女	動機付け支援	積極的支援
20年度	22	485	404	81	390	95
21年度	35	775	725	50	427	348
22年度	38	733	682	51	326	407
23年度	36	721	652	69	325	396
24年度*	39	624	599	25	198	426

※24年度は現在も実施中

図1 体重が減少した人の割合

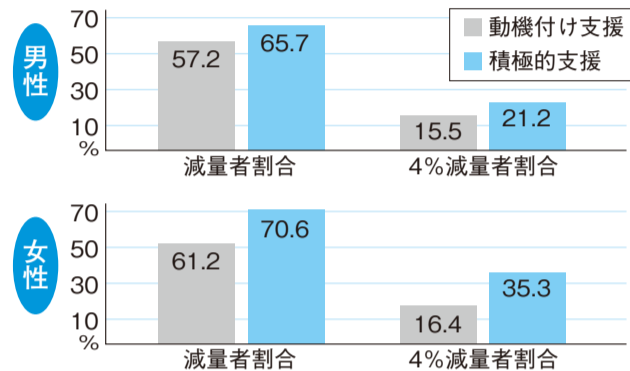


表2 途中終了・脱落率

年度	動機付け支援	積極的支援
20年度	0.0%	7.4%
21年度	1.4%	8.0%
22年度	2.5%	11.8%
23年度	2.1%	3.5%
24年度	1.5%	6.3%

表3 満足度

年度	動機付け支援		積極的支援	
	保健指導	プログラム	保健指導	プログラム
20年度				
21年度	73%	59%	98%	87%
22年度	89%	65%	99%	97%
23年度	90%	76%	99%	95%

## 当協会の特定保健指導 —5年間の実績をもとに—

### 体重減少で大きな効果

平成20年から始まった特定健康診査・特定保健指導は5年間の第1期を終え、今年から第2期が始まりました。当協会は保健指導を実施するだけでなく、より質の高い保健指導サービスの提供を目指し、平成21年5月、産業医科大学の「保健指導の質の評価ガイド」を利用した質の管理・促進に関する研究の「研究協力モデル事業」に参加。その後、保健指導サービスの品質管理システムを導入し、同年7月には保健指導品質管理委員会を設立させ、保健指導の品質管理に取り組んでいます。今回は当協会の特定保健指導の実績とその評価とあわせて、品質向上への組織的な取り組み（2面）も含めてお伝えします。（健康創造室相談課保健師・後藤瑞枝）

#### 5年間の実績

特定健康診査・特定保健指導は、周知の通りメタボリックシンドロームの予防・解消に重点をおいた、生活習慣病予防のための健診・保健指導です。被保険者および被扶養者（40歳以上75歳未満）を対象に健康保険組合など医療保険者に実施が義務付けられています。そして医療保険者と事業所との連携があること、より円滑に実施することができ、その効果

#### 特定保健指導の評価

平成20年度から24年度の特定保健指導を実施し、その前後の健診結果が確認できた2356人について、評価を行いました。評価は基本的に団体ごとに行いますが、人数や対象者の特徴に偏りが出るので、5年間の数字をまとめて紹介をします。

報告があります。そのため効果的な特定保健指導のポイントの1つに4%以上の減量があることが挙げられます。そこで4%以上の減量者割合をみてみました。面談が1回のみの動機付け支援では4%以上減量者は少なく、数回にわたって介入する積極的支援では男性が21.2%、女性が35.3%でした。

#### 喫煙状況の変化

次に対象者の階層化の指標の1つである喫煙状況をみてみます。動機付け支援では、女性で喫煙率が減少していますが、男性では喫煙率5.3%から6.6%になっています。

80歳近い母親を介護している息子さんから、「先生、車椅子で行ける面白くないところないですかね？」と訊かれた。観光地を教えてくれという意味ではない。家に引きこもりがちで母親を、ちょっと面白いところへ連れて行き、刺激したいというのだ。大きなショッピングモールでは声が響いたり、若い人向けの商品が多いのでだめだという。また、あまり近くだと、知り合いに会うので、行きたくないらしい。日曜大工センターのようなところでは、母親にとってはあまりに関係のないものばかりでだめだと言う。そう言われてみると、車椅子に乗った高齢の人が、いろいろな物を見て楽しめるところが少ないことに気がついた。世の中どうしても若い人向けにできていくので、お年寄りが見て面白

### 車椅子で行ける場所

## 序章

米山 公啓（医師）

いとこは少ない。むしろ都会にいればいろいろあるかもしれないが、私の住んでいる東京といっても周辺のエリアになってくると、そうそう面白くない場所がないのだ。というより、あまりに高齢者を無視した街作りであり、店構えでもある。高齢者が昔を懐かしく思い出したり、孫たちと一緒に楽しめる空間が欲しい。やたらにショッピングモールはできていくが、昔の街並みを再現したような店舗も併設して欲しいものだ。昭和の街は、むしろ地方にはまだ残っているところもあるが、もっと、身近にそんな場所があるといいと思う。車椅子で町に行きたくなくなるようなところがあれば、どれほど高齢者の楽しみが増えるだろうか。発想を転換すべき時だ。

#### の事後指導と併用

支援3つ、動機付け支援で2つの計5つのプログラムを提供しています。プログラムの満足度のうち動機付け支援の満足度が少し低めとなっていますが、プログラムごとに評価をした上で、改善すべきところの改善を進めています。

#### 産業保健との連携

当協会の保健師活動の特徴は、産業保健との連携です。その事例を2つ紹介します。

#### ①アルコール依存症疑いの発見と対応

食事調査記録から飲酒量がとても多く、面談で飲酒習慣を聞き取りしたところ、このままでは日常生活への影響が考えられました。専門的な治療が必要であると判断し、委託先の産業スタッフと相談し、早めに対応しました。

#### ②事業所の労働安全衛生法に基づく健康診断

当協会は特定保健指導の内容として積極的

①**体重の変化**（図1）  
体重に関してみてみると、動機付け支援、積極的支援ともに体重は減少しています。特に男性の積極的支援では血液データも改善傾向にありました。体重を4〜6%減量すると、その効果が検査数値に表れるという

③**脱落率**（表2）  
保健指導の途中で面談などに来なくなる脱落率をみると、全国の労働衛生機関の集計の8.9%に比べ、当協会の脱落率は低く抑え

④**満足度**（表3）  
特定保健指導を取り組み始めた当初は「満足度」があまり低かったため、平成21年度から具体的に「保健師に

受診者からは「強制されなかった」「自分に合った目標にできた」「指導という感じがしなかった」という意見もいただいています。今後も一人ひとりの状況や何を求められているかの判断力の強化が必要だと感じています。

当協会は特定保健指導の内容として積極的