

当協会における特定保健指導後の健診結果からみた一考察

○佐藤志保、吉田二紀、吉田昌子、軒名礼子吾妻明子、星 健也、鈴木 仁

財団法人 福島県保健衛生協会

【目的】当協会では平成 20 年度より特定保健指導（以下指導）を実施している。指導完了者の健康診査（以下健診）結果値を、それぞれ積極的支援者（以下積極的群）、動機づけ支援者（以下動機づけ群）に分類して比較することで、指導効果を評価した。また指導効果が継続できているか否かを確認し、さらに指導完了後の働きかけについて検討した。

【対象と方法】当協会では平成 20 年度に指導を受け、平成 21 年度に健診を受診した積極的群 97 名（49.6 ± 6.6 歳）、動機づけ群 200 名（59.3 ± 10.4 歳）を対象とし、平成 20 年度健診と平成 21 年度健診の体重、腹囲、BMI、メタボリックシンドローム判定（以下 MS 判定）の推移を検討した。さらに積極的群 97 名のうち指導後に体重減少した 78 名（以下減少群）、体重増加した 18 名（以下増加群）、体重無変化 1 名（無変化群）の指導完了時と平成 21 年度の体重の推移を調べた。

【結果】①体重平均値：積極的群では 75.5kg から 72.8kg に、動機づけ群では 68.2kg から 65.9kg へといずれの群も減少していた。②腹囲平均値：積極的群では 91.6cm から 88.9cm に、動機づけ群では 90.6cm から 88.1cm と両群とも減少していた。③BMI 平均値：積極的群では 26.3 から 25.4 に、動機づけ群では 26.1 から 25.3 と、いずれの群も減少していた。④ MS 判定：積極的群での基準該当は 49.4% から 25.8% に、予備群該当は 47.4% から 33.0% に減少しており、非該当は 3.1% から 40.2% に増加していた。動機づけ群での、基準該当は 14.5% から 12.5% に、予備群該当は 56.5%

から 36.5%に減少しており、非該当は 29.0%から 51.0%に増加していた。いずれの群でも改善がみられた。

減少群 78 名においては、 29 名 (37.2%) が平成 21 年度健診時体重がさらに減少し、 48 名 (61.5%) は増加、 1 名 (1.3%) は変化なしであった。増加群 18 名においては、 15 名 (83.3%) が減少し、 3 名 (16.7%) が増加していた。無変化群 1 名では、体重の増加が認められた。

【考察】積極的群、動機づけ群ともに体重・腹囲・BMI・MS 判定すべてにおいて改善が見られ、指導全体としては効果があったと思われる。しかし、指導完了者が、効果をそのまま維持できていなかったことも明らかになった。当協会では、6 か月間の継続支援後の直接的な介入はしていないため、指導完了者のモチベーションに低下を来たしたと考えられた。今後は、指導効果を継続出来るような指導内容を検討していく必要があると考えた。