

アウトソーシングによる特定保健指導の予備的評価（第4報） ～2008/2009年の対象者の概要とメタボ関連指標への短期的効果

○^{ふくだひろし}福田 洋（順天堂大学医学部総合診療科）、^{しむらまきこ}志村真紀子（株式会社保健教育センター）
佐野喜子（株式会社ニュートリート）

045

【目的】演者らは、アウトソーシング機関における比較的大規模な特定保健指導の概要と効果について報告を続けている。本報告では、初年度及び2年目の対象の概要を記述・比較し、行動やMetS（メタボリックシンドローム）関連指標への短期的な評価を行い、アウトソーシングにおける特定保健指導の短期的な評価と課題について報告し、より良い保健指導実施のヒントや課題について考察を行うことを目的とする。

【方法】都内H保健指導機関において特定保健指導の対象となった合計24650名（2008年度）、28346名（2009年度）の概要・疫学像について記述を行った。また6ヶ月間の保健指導を修了した対象者の体重、腹囲の変化から短期的効果を検討した。また、6ヶ月後のフォローアップを修了した対象者の体重や腹囲の変化から短期的効果を検討した。

【結果】

1) 性別・年齢・保険種別・支援レベル
2008年度の対象は、保険種別は国保58%、健保42%、支援レベルは積極的支援39%、動機付け支援59%、情報提供2%、男性70%、女性30%、平均年齢57歳、平均体重・BMI・腹囲はそれぞれ70.1kg、26.0、91.2cmであった。保険種別ごとの性別は、国保で女性が多く、支援レベル別では健保で積極的支援が多かった。また支援レベルごとの性別は、積極的支援で男性が多かった。2009年度対象者の保険種別は健保53%国保47%であり、支援レベルは動機付け支援57%、積極的支援42%、情報提供1%であった。2008年と比べ健保が増加していた。性別は男性75%女性25%、平均年齢56歳、平均体重・BMI・腹囲はそれぞれ71.6kg、26.0、91.2cmであった。

2) 対象者のMetS関連指標の特徴
MetS関連項目で受診勧奨域となる者の割合は項目により1割～4割前後と幅広いが、当施設で設定した重症域に該当する対象者は2008年、2009年ともに約5%おり、2009年のMetS関連指標の最大値は体重145kg、腹囲149cm、血圧234/148mmHg、中性脂肪1644mg/dl、空腹時血糖355mg/dl、HbA1c15.4

であった。LDL-choの受診勧奨域も約5割で、最高値432mg/dlであった。

3) 対象者のライフスタイルの特徴

先行研究でMetSと関連が指摘されている生活習慣が多く見られ、支援レベル別に比較すると、積極的支援対象者では動機付け支援対象者と比べ、主食過多、脂質の多い食事、飲酒、野菜不足、遅い夕食、外食、早食、朝食欠食、喫煙習慣が多かった。余暇運動には差は見られず、日常生活活動は、積極的支援対象者で少なかった。

4) 保健指導の継続率

2009年の保健指導の継続率は96.7%（積極的支援91.7%、動機付け支援98.1%）で、2008年度の88%より改善していた。この継続率を維持するために多くの督促が行われ、最も督促の多かった対象者は47回であった。1ヶ月目のはがきの提出が遅くなるほど、体重減少率が小さくなる傾向が見られた。

5) 保健指導の予備的評価

6ヶ月後までフォローアップできた対象における体重減少率は、積極的支援-3.4%/-2.6%、動機付け支援-2.4%/-2.3%（2008年/2009年）であった。行動変容ステージにおける実行期・維持期の割合は29.5%（初回面談）から70.2%（6ヶ月後）へと増加し、2009年も同様の傾向であった。

【考察】記述疫学的分析から、保険種別による対象者の属性の差異、超重症域や様々なバックグラウンドを持つ保健指導対象者の存在が明らかになり、第1報同様これらのリスクマネジメントの必要性が示唆された。また支援の継続率向上のための涙ぐましい努力が行われており、保健指導の質の維持にも相当の労力が払われている。特定保健指導の成功のためには、1丁目1番地の先を見据え、現場視点での保健指導の課題を蓄積し、一層のプログラムの改善・工夫を継続して行っていくことが必要と思われる。

【参加をお願いしたい方】

特定保健指導に関わる全ての職種の方々

【連絡先】福田洋（順天堂大学）

e-mail: hiro----@kt.rim.or.jp