

ふれあいコース



<グループワーク>

ふれあいコース



コーディネーターと
サブコーディネーター



The image consists of two parts. On the left, there is a black and white photograph of four people sitting around a table in a room, looking at papers and discussing something. On the right, there is a sample document titled '21世紀 健康塾' (21st Century Health Seminar) with a subtitle 'ふれあいコース' (Friendship Course). The document is dated '2月 1日' (February 1st) and contains a section titled '私への健康メッセージ' (Message to Me) with the following text:

「21世紀 健康塾」 ふれあいコース

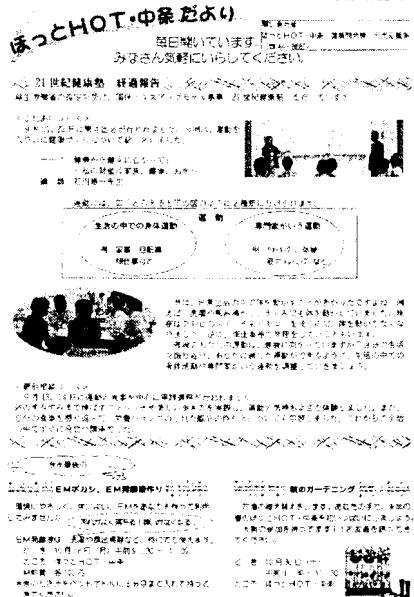
私への
健康メッセージ

この健康セミナーでは、
皆さんが自分自身の健康を
よりよく理解するための
情報を得ることができます。
また、他の方との交流を通じて、
自分自身の健康に対する意識を
高めることができます。

この健康セミナーは、
皆さんの健康に対する意識を
高め、自分自身の健康を
よりよく理解するための
情報や、他の方との交流を通じて、
自分自身の健康に対する意識を
高めることができます。

◎ 個別相談コース ◎ ふれあいコース

町だよりを利用して、
21世紀健康塾のPR



評価

◎ 評価時点

介入群は、介入前、介入終了時、介入後3ヶ月の時点で評価
対照群も介入群と同じ時期に評価

◎ 評価項目

検査: 血圧、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、
空腹時血糖、HbA1c、尿酸、尿中Na、尿中K、尿中Cr、
身長、体重、BMI、体脂肪率、主観的健康感
アンケート: 健康行動(食事、運動、睡眠、ストレス、喫煙、飲酒、ストレス対処)
健康意識(健康行動の自己効力感、健康の自己統制感、
健康力チェック)

医療費分析: 介入群と対照群について年間医療費(一人当たり医療費、入院・
入院外の受診率、1件当たり日数、1日当たり医療費)を集計する。
集計期間は介入前2ヵ年、介入年(3年)、介入後1ヵ年