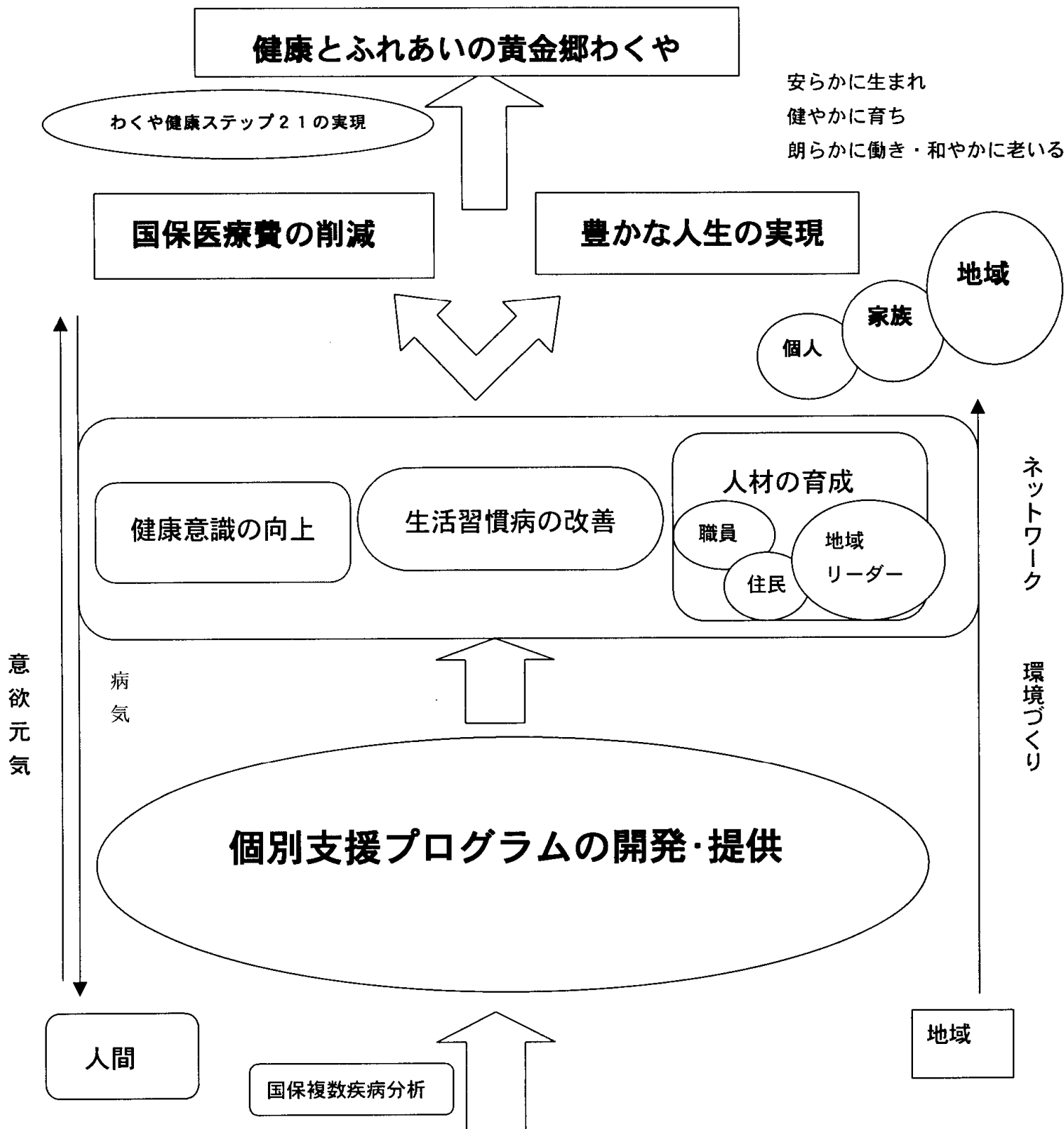


《涌谷町 国保ヘルスアップモデル事業 全体像》



対象者：基本健康診査・人間ドック受診者のうち国保加入者で
血糖・血中脂質・血圧・BMIの項目が要観察・要指導者（40～79歳）

平成15年度浦谷町国保ヘルスアップモデル事業

平成15年度浦谷町国保ヘルスアップモデル事業実施状況

	介入群			対照群
	意識啓発型	学習援助型	意識啓発型 +学習援助型 (混合型)	対照群
	やる気元気 アップセミナー	健康得とくセミナー	元気健康充実セミナー	健康力・体力測定事業
対象人数	1グループ：22人 2グループ：22人 合計：44人	1グループ：20人 2グループ：22人 合計：42人	1グループ：21人 2グループ：21人 合計：42人	1グループ：25人 2グループ：27人 合計：52人
特徴	生活習慣病を入りに、グループワークを通して自分の生き方や人生について考え、生活習慣の改善につなげていく。グループワーク時は4名前後のグループを作り、スタッフが必ず1人入るようにする。	体を動かすことの楽しさや家庭でもできる運動の方法を取り入れながら、運動の継続を促す。様々な結果から個人のがんばり項目を設定し、それに沿って担当者が指導を行う。	意識啓発型と学習援助型を組み合わせ、生活習慣改善につなげていく。	2回の検査のみ実施。
目的	グループワークを通して、自分の生き方や生活を振り返りながら自分らしい生き方を考えていく。生きがい・人間関係などの生活習慣力の向上を目指す。	楽しみながら生活習慣病予防、または悪化予防のための食事や運動について学ぶことによって、自己管理ができ、豊かな生活を送ることができる。	意識啓発型と学習援助型を組み合わせる。	健康学習をしない対照群。検査のみ実施。
実施期間	平成15年5月24日～ 平成15年11月10日	平成15年5月24日～ 平成15年11月14日	平成15年5月31日～ 平成15年11月19日	平成15年5月31日～ 平成15年11月27日
回数	延12回 1グループ検査各3回 1グループセミナー各3回	延12回 1グループ検査各3回 1グループセミナー各3回	延18回 1グループ検査各3回 1グループセミナー各6回	延6回 1グループ検査各3回
参加者数	延180人	延186人	延271人	延154人
実施内容	総合コーディネーターを中心としたグループワーク 1. 自分の元気・意欲などの健康力を知る 2. 人生における健康の大切さを知る 3. 家族・地域へと健康の輪を広げる	集団学習と個別相談 1. 生活習慣病予防について 2. バランスのとれた食事について 3. 効果的な運動について	総合コーディネーターを中心としたグループワークと集団学習と個別相談 1. 自分の元気・意などの健康力を知る 2. 生活習慣病予防について 3. 人生における健康の大切さを知る 4. バランスのとれた食事について 5. 家族・地域へと健康の輪を広げる 6. 効果的な運動について	前期・後期の検査のみ実施
	検査項目：血液検査・体力測定・健康力調査・問診（生活行動調査） 学習援助型と混合型のみ実施：食事調査・ライフコーダーによる身体活動			
従事者	総合コーディネーター （日本ヘルスサイエンスセンター） 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ	成人病予防協会 ・健康運動指導士 ・保健師・栄養士 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ	総合コーディネーター （日本ヘルスサイエンスセンター） 成人病予防協会 ・健康運動指導士 ・保健師・栄養士 国保連合会 ・保健師 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ	成人病予防協会 ・健康運動指導士 ・保健師 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ

平成15年度涌谷町国保ヘルスアップモデル事業実施状況

	介入群			対照群
	A. 意識啓発型	B. 学習援助型	C. 意識啓発型 +学習援助型 (混合型)	D. 対照群
	やる気元気アップセミナー	健康得とくセミナー	元気健康充実セミナー	健康力・体力測定事業
特徴	生活習慣病を入りに、グループワークを通して自分の生き方や人生について考え、生活習慣の改善につなげていく。グループワーク時は4名前後のグループを作り、スタッフが必ず1人入るようにする。グループは固定せず、セミナーの途中でグループ編成を変える。生きがい・人間関係等の生活習慣力の向上を目指す。	楽しみながら生活習慣病予防、または悪化予防のための食事や運動について学習していく。体を動かすことの楽しさや家庭でもできる運動の方法を取り入れながら、運動の継続を促す。様々な結果から個人のがんばり項目を設定し、それに沿って担当者が指導を行う。	意識啓発型と学習援助型を組み合わせ、生活習慣改善につなげていく。	2回の検査のみ実施。
対象人数	1グループ：22人 2グループ：22人 合計：44人 平均年齢：64.1歳	1グループ：20人 2グループ：22人 合計：42人 平均年齢：65.7歳	1グループ：21人 2グループ：21人 合計：42人 平均年齢：64.6歳	1グループ：25人 2グループ：27人 合計：52人 平均年齢：65.4歳
実施期間	平成15年5月～12月	平成15年5月～12月	平成15年5月～12月	平成15年5月～12月
回数	延12回 1グループ検査各3回 1グループセミナー各3回 (支援1回)	延12回 1グループ検査各3回 1グループセミナー各3回 (支援1回)	延18回 1グループ検査各3回 1グループセミナー各6回	延6回 1グループ検査各3回
参加者数	延180人	延186人	延271人	延154人
実施内容	総合コーディネーターを中心としたグループワーク(食事や運動についての実践や講義等はない) 1. 自分の元気・意欲などの健康力を知る 2. 人生における健康の大切さを知る 3. 家族・地域へと健康の輪を広げる	集団学習と個別相談 1. 生活習慣病予防について 2. バランスのとれた食事について 3. 効果的な運動について	総合コーディネーターを中心としたグループワークと集団学習と個別相談 1. 自分の元気・意などの健康力を知る 2. 生活習慣病予防について 3. 人生における健康の大切さを知る 4. バランスのとれた食事について 5. 家族・地域へと健康の輪を広げる 6. 効果的な運動について	前期・後期の検査のみ実施
検査項目：血液検査・体力測定・健康力調査・問診（生活行動調査） 学習援助型と混合型のみ実施：食事調査・ライフコーダーによる身体活動				
従事者	総合コーディネーター (日本ヘルスサイエンスセンター) 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ	宮城県成人病予防協会 ・健康運動指導士 ・保健師・栄養士 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ	総合コーディネーター (日本ヘルスサイエンスセンター) 宮城県成人病予防協会 ・健康運動指導士 ・保健師・栄養士 国保連合会 ・健康運動指導士 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ	宮城県成人病予防協会 ・健康運動指導士 ・保健師 地域ケア室 ・保健師・栄養士 国保病院 ・保健師・検査スタッフ

浦谷町国保ヘルスアップモデル事業 3年スケジュール

グループ名	Aグループ 意識啓発 (やる気元気アップセミナー)	Bグループ 学習援助型 (健康得とくセミナー)	Cグループ 意識啓発+学習援助型 (元気健康充実セミナー)	Dグループ 対照群	Eグループ 学習援助型 (マル得セミナー)	Fグループ 対照群	会議等	
	西:22名 東:22名 合計:44名	西:20名 寛岳:22名 合計:42名	西:21名 東:21名 合計:42名	西:25名 寛岳:27名 合計:52名	1地区:25名 1地区:25名 合計:50名	1地区:25名 1地区:25名 合計:50名		
平成15年度	H15.4月	対象者募集・対象者通知[広報・浦谷町ホームページ・個別通知(健康推進員配付)]						
	5月	心電図検査 事業説明会	心電図検査 事業説明会	心電図検査 事業説明会	心電図検査 事業説明会			病院との打合せ 本部会議
	6月	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定・調査	血液検査・体力測定 調査			実務者会議
	7月	1年目①	1年目①結果説明会	1年目①意識 1年目②学習	結果送付			
	8月	1年目②	1年目②	1年目③意識 1年目④学習				
	9月	支援レター	支援レター	1年目⑤意識				
	10月	1年目③	1年目③	1年目⑥学習				実務者会議 病院との打合せ 本部会議 事業推進協議会
	11月	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定・調査	血液検査・体力測定 調査			
	12月	結果送付	結果送付	結果送付	結果送付			
	H16.1月							
	2月	健康づくり講演会	健康づくり講演会	健康づくり講演会	健康づくり講演会			本部会議
	3月							実務者会議 事業推進協議会
平成16年度		16年度は対照群	16年度の介入群 (学習援助型)	16年度の介入群 (学習援助型)	16年度対照群	16年度新たに募集 (学習援助型)	16年度新たに募集	
	4月	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会					実務者会議
	5月			血液検査・体力測定・調査 心電図検査・事業説明会	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会			本部会議
	6月	結果送付	2年目①個別相談 ②集団学習	2年目①個別相談 ②集団学習	結果送付			実務者会議 事業推進協議会
	7月		2年目③集団学習 ④集団学習 ⑤個別相談	2年目③健康学習 ④集団学習		対象者募集・対象者通知[広報・浦谷町ホームページ・個別通知(健康推進員配付)]		
	8月		2年目⑥集団学習	2年目⑤個別相談 ⑥集団学習		血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	実務者会議
	9月	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定・調査	血液検査・体力測定 調査	1年目①個別相談 ②集団学習	結果送付	本部会議
	10月	結果送付	2年目⑦個別相談	2年目⑦個別相談	結果送付	1年目③集団学習 ④集団学習		実務者会議
	11月					1年目⑤個別相談		事業推進協議会
	12月					1年目⑥集団学習		
	H17.1月					1年目⑦個別相談	結果送付	実務者会議
	2月	健康づくり発表会	健康づくり発表会	健康づくり発表会	健康づくり発表会	血液検査・体力測定 健康づくり発表会	血液検査・体力測定 健康づくり発表会	
3月							本部会議 事業推進協議会 実務者会議	
平成17年度	4月	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	血液検査・体力測定・調査 心電図検査・事業説明会	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会			実務者会議
	5月	結果送付	3年目①個別相談	3年目①個別相談	結果送付	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	血液検査・体力測定 調査・心電図検査 事業説明会	本部会議
	6月		3年目②集団学習 ③集団学習	3年目②集団学習 ③集団学習		2年目①個別相談 ②集団学習	結果送付	実務者会議 事業推進協議会
	7月		3年目④集団学習 ⑤個別相談	3年目④集団学習 ⑤個別相談		2年目③集団学習 ④集団学習		
	8月		3年目⑥集団学習	3年目⑥集団学習		2年目⑤個別相談		実務者会議
	9月	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定・調査	血液検査・体力測定 調査	2年目⑥集団学習		本部会議
	10月	結果送付	3年目⑦個別相談	3年目⑦個別相談	結果送付	血液検査・体力測定 調査	血液検査・体力測定 調査	実務者会議
	11月					2年目⑦個別相談	結果送付	事業推進協議会
	12月		通信相談	通信相談				
	H17.1月					通信相談		実務者会議
	2月		通信相談	通信相談				
	3月					通信相談		本部会議 事業推進協議会 実務者会議