

国保ヘルスアップモデル事業(坂下町・川上村・南木曾町・山口村)
—指定市町村概況票—

1. 概況(平成16年4月1日現在)					
総人口		14,004人	国保被保険者数		5,620人
	(うち40~64歳人口	4,511人)		(うち40~64歳	1,358人)
	(うち65歳以上人口	3,238人)		(うち65歳以上	1,808人)
	(うち75歳以上人口	2,329人)		(うち75歳以上	1,730人)

2. 市町村の健康に関する対応					
関係機関 スタッフ状況	部署名	スタッフ状況(上段:常勤、下段:非常勤)			
		事務職員	保健師	栄養士	その他
	国民健康保険関連部署 (福祉課)	4人	人	人	人
		人	人	人	人
	健康づくり部署 (健康づくり課)	2人	10人	4人	1人
		人	人	人	人
その他 (課)	人	人	人	人	
	人	人	人	人	
現在実施しているヘルスアップモデル事業以外の健康づくりに関する保健事業	坂下町 ・ 総合保健施設運営事業 ・ 総合相談窓口の実施 ・ 禁煙教室 月2回 ・ 生活習慣病予防教室 月1回		川上村 ・ アクアビクス・アクアウオーキング教室 ・ ステップエクササイズ教室 ・ 禁煙教室 ・ シニアクッキング教室		
市町村内の健康増進のための資源状況	あり(坂下町・川上村・南木曾町・山口村) (ありの場合は施設名を記入してください) 坂下町 ・町民総合体育館 ・町民サロン内トレーニング室 ・花の湖総合グランド 川上村 ・かたらいの里温水プール ・せせらぎ会館内トレーニング室 南木曾町 ・社会体育館 ・総合グランド ・各公民館運動場 山口村 ・総合グランド ・村民センター内集会室兼運動指導室				
健康増進計画の策定時期	平成18年10月頃				

3. 市町村の健康状況と課題 (坂下町)		
基本健診	1) 受診者数 (平成15年度実績)	対象者数: 1,339人(うち国保被保険者数: 698人) 受診者数: 777人(うち国保被保険者数: 478人)
	2) 基本健診からみた課題	受診率は、近年60%を上回り6割以上が、国保被保険者である。全体の受信者の内12%(平成14年)と割合としては、少ないが、50、60歳代男性のHbA1C異常者(5.6~6.0)の割合が全国管内平均を上回っている。また、異常者について、他の健診データを合わせて見ると、BMI、血圧、脂質代謝などの異常を合わせ持ついわゆるマルチプルリスクファクターである確率が高く、また、数年間継続している人が多いため保健指導の充実とともに個人データの管理に力を入れていく必要がある。
医療分析からみた課題	老人医療は、近年低下傾向にある。国保の受診率、医療費とも循環器疾患が上位を占めるが、糖尿病の受診率がここ最近県下でも上位を占める傾向にある。罹患率が増加しているのが早期受診につながっているのか分析が必要であるものの、治療中の中にも他の疾患で治療中で血糖は、経過観察という人も含まれていることが多い。治療中の人を含めた予防対策も大切である。	
健康増進計画等にかかる実態調査からみた課題	実態調査を実施していない。	
その他		
全体的な健康課題	死亡率を死亡原因別に見てみると、悪性新生物が第1位であり、次いで心疾患と脳血管疾患が交互に2位、3位を占めている。平成7~11年の年次推移を県内、恵那管内と比較してみると糖尿病の死亡率が高い伸びを示している。基本健診の結果からも50代、60代の若い年代、特に男性の糖代謝異常者が増加していることなどからも、若い時期からの健康管理、生活習慣改善が重要になっている。	

3. 市町村の健康状況と課題 (川上村)	
基本健診	<p>1) 受診者数 (平成 15 年度実績)</p> <p>対象者数: 274 人(うち国保被保険者数: 168人) 受診者数: 164 人(うち国保被保険者数: 103人)</p> <p>2) 基本健診からみた課題</p> <p>受診率は60%であり、受診層は高齢化している。 国保高齢者が多い傾向である。 基本健診の年次的な傾向をとらえていくと、特徴的なことがある。高脂血症の異常値を示す群が年々増え、S60年とH14年の約18年間の差を見ると、男女とも正常範囲と境界範囲がH14年がS60年を大きく下回ってきており異常者への移行が目立つ。 血糖値についても高脂血症と同じく、正常群がS60年の63%からH14年では20.8%と激減している。 あわせて肥満者の割合も、50代60代の女性に多いなど今問題となっているマルチプルリスクファクター症候群に対する健診の事後を徹底して取り組む必要を感じている。</p>
医療費分析からみた課題	<p>老人の医療の実態をS58年、H3年、H13年と過去20年間についてみると、年代ごとに大きな特徴が見られた。S58年は循環器、呼吸器、筋骨格系と続いていたのが、H3年は筋骨格系、循環器、感覚器系とかわり、さらに10年後のH13年は循環器、筋骨格系、感覚器系となっている。 各年代ごとにこの分析を基に最初の10年は循環器系を主にした活動を行ってきたが、その次の年代は筋骨格系を主にした健康づくり事業に力を入れたが、今後の活動は又循環器特に高血圧、高脂血症対策に力を入れた活動の展開が必須になってきている。</p>
健康増進計画等にかかる実態調査からみた課題	<p>実態調査を実施していない</p>
その他	
全体的な健康課題	<p>ここ数年の死亡者の原因をみると1位に悪性新生物、2位は脳血管疾患、3位は心疾患と続いている。しかし、64歳以下の死亡である早世をみると、総死亡者の中で20%を占め、その死因をみると心疾患が1位となっている。特に男性が管内でトップとなっている。又、介護保険認定者の原因疾患の分析を行なったところ、第1位の原因は脳血管疾患であった。 以上のことより、基本健診の結果等も考慮し、生活習慣病対策に取り組むことが大切かと考える。 また、活動の展開も集団で指導するより、個の生活をきちんととらえたきめの細かい支援がないと改善は困難であると思われる。</p>

3. 市町村の健康状況と課題 (南木曾町)		
基本健診	1) 受診者数 (平成15年度実績)	対象者数: 1,290人(うち国保被保険者数: 864人) 受診者数: 830人(うち国保被保険者数: 549人)
	2) 基本健診からみた課題	受診率は、近年60%を上回り6割以上が、国保被保険者である。受診者は若年者の受診者が少なく、特に男性の受診割合が低い。全体の受診者の内男性で糖尿病で要注意以上の人が25%を占め、年々増加傾向である。また、肥満者割合は男女とも20~22%で、高血圧や脂質代謝などの異常を合わせ持ついわゆるマルチプルリスクファクターである確率が高く、また、数年間継続している人が多いため個別的で具体的な保健指導の充実とともに個人データの管理に力を入れていく必要がある。
医療費分析からみた課題	国保の受診率、医療費とも近年高騰を続けており、特に一人当たりの医療費は長野県下でも上位を占めている。循環器疾患が上位を占めるが、糖尿病の受診率がここ最近上昇しておりそれにあわせて糖尿病からの慢性腎疾患患者が増加している。健康寿命の延伸と医療費の削減が急務であり、あわせて重症化防止が重要である。	
健康増進計画等にかかる実態調査からみた課題	実態調査を実施していない。	
その他		
全体的な健康課題	死亡率を死亡原因別に見てみると、悪性新生物が第1位であり、次いで心疾患と脳血管疾患が2位、3位を占めている。基本健診の受診者割合では高齢者の受診が多くなっている。若い時期から、特に30・40歳代から自分のからだへ関心を持ち、健康管理や生活習慣改善による若年死亡の減少と健康寿命の延伸が重要である。	

3. 市町村の健康状況と課題 (山口村)																																																													
<p>基本健診</p>	<p>1) 受診者数 (平成15年度実績)</p> <p>対象者数: 547人(うち国保被保険者数: 332人) 受診者数: 301人(うち国保被保険者数: 186人)</p> <p>2) 基本健診からみた課題</p> <p>受診率は、60%で6割が、国保被保険者である。 全体の受診者の中で AIC5.5以上の割合が年々増加傾向にあり H12(3.1)H13(14.5)14年(16.8)H15年(21.3)特に平成15年度は5.5~6.0の割合が各年代とも過去最高になった。糖尿病予防の教育は特に力を入れなければならない重点課題である。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="560 611 917 965"> <p>ヘモグロビンAIC5.5以上割合</p> <table border="1"> <caption>ヘモグロビンAIC5.5以上割合 (推定値)</caption> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>男</th> <th>女</th> <th>計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>12年度</td> <td>12.4</td> <td>12.9</td> <td>12.4</td> </tr> <tr> <td>13年度</td> <td>14.9</td> <td>14.5</td> <td>14.7</td> </tr> <tr> <td>14年度</td> <td>16.8</td> <td>16.3</td> <td>16.6</td> </tr> <tr> <td>15年度</td> <td>21.3</td> <td>21.3</td> <td>21.3</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="943 598 1347 947"> <p>ヘモグロビンAIC5.5~6.0 計割合</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>12年度</th> <th>13年度</th> <th>14年度</th> <th>15年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>30代</td> <td></td> <td>3.2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>40代</td> <td>4.3</td> <td>9.1</td> <td>0.6</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>50代</td> <td>9.8</td> <td>8.7</td> <td>8.2</td> <td>10.7</td> </tr> <tr> <td>60代</td> <td>10.8</td> <td>13.3</td> <td>14.2</td> <td>18.6</td> </tr> <tr> <td>70代</td> <td>17.2</td> <td>22.6</td> <td>20.2</td> <td>25.9</td> </tr> <tr> <td>80代</td> <td>12.5</td> <td>0</td> <td>11.8</td> <td>36.8</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>10.3</td> <td>12.6</td> <td>12</td> <td>17.2</td> </tr> </tbody> </table> </div> </div>	年度	男	女	計	12年度	12.4	12.9	12.4	13年度	14.9	14.5	14.7	14年度	16.8	16.3	16.6	15年度	21.3	21.3	21.3		12年度	13年度	14年度	15年度	30代		3.2			40代	4.3	9.1	0.6	13	50代	9.8	8.7	8.2	10.7	60代	10.8	13.3	14.2	18.6	70代	17.2	22.6	20.2	25.9	80代	12.5	0	11.8	36.8	計	10.3	12.6	12	17.2
年度	男	女	計																																																										
12年度	12.4	12.9	12.4																																																										
13年度	14.9	14.5	14.7																																																										
14年度	16.8	16.3	16.6																																																										
15年度	21.3	21.3	21.3																																																										
	12年度	13年度	14年度	15年度																																																									
30代		3.2																																																											
40代	4.3	9.1	0.6	13																																																									
50代	9.8	8.7	8.2	10.7																																																									
60代	10.8	13.3	14.2	18.6																																																									
70代	17.2	22.6	20.2	25.9																																																									
80代	12.5	0	11.8	36.8																																																									
計	10.3	12.6	12	17.2																																																									
<p>医療費分析からみた課題</p>	<p>老人医療は、近年増加傾向にある。国保の受診率、医療費とも循環器疾患が上位を占めるが、糖尿病の受診率もここ数年件数、金額ともに増加している。</p> <p>治療中の人を含めた予防対策も大切である。</p>																																																												
<p>健康増進計画等にかかる実態調査からみた課題</p>	<p>平成13年度に行った県民健康栄養調査の結果、塩分摂取量は10.6gと県下で一番良い状況になってきた。反面野菜の摂取量は減少し、県下で一番野菜摂取量が少ない状況。食物繊維、カルシウム、鉄の栄養充足率が低い状況にある(食物繊維量68.9%、カルシウム84.2%、鉄81.1%)。</p>																																																												
<p>その他</p>																																																													
<p>全体的な健康課題</p>	<p>死亡率を死亡原因別に見てみると、悪性新生物が第1位であり、次いで肺炎等肺疾患と心不全など心疾患が2位、3位を占めるが、毎年75歳以上の死亡が8割と高齢者の死亡であり、60歳未満の死亡者は少なくなってきた。</p> <p>死因の3割を占める悪性新生物の中でも毎年胃癌、大腸癌の死亡があり健診でも毎年1人は見つかったので人口の割に消化器系の癌の死亡割合が高い。</p> <p>糖尿病による死亡者は今まで誰もいないが現在の基本健診の結果から見ると今後増加することが予想されるので、若い時期からの健康管理、生活習慣改善が重要になっている。</p>																																																												

国保ヘルスアップモデル事業
—平成 15 年度実績報告調書 A 票—

1. 回答者	
氏名	早川 俊一
所属	坂下町健康づくり課 課長補佐兼健康維持係長
連絡先	TEL(0573-70-1016) FAX(0573-75-5317)
	E-mail(s-hayakawa@po.town.sakashita.gifu.jp)

2. モデル事業の実施概要	
対象とする生活習慣病名	肥満 糖尿病
対象とする生活習慣	肥満・糖尿病予備軍
個別健康支援プログラムの種類	<p>① セミナー群(耳より健康教室)</p> <p>・個別の栄養・運動指導により、栄養摂取意識・運動実施意識を向上させる。</p> <p>② 運動教室群(いきいき運動教室)</p> <p>1. 運動教室における個別運動指導により、事故のない、適切かつ最適な運動プログラムを実施する。</p> <p>2. 高齢者のための運動プログラムを個別に指導することを通じ、高齢者全体にとっての有効な運動メニューを模索する。</p>

3. 事業実施体制											
実施主体	事業実施本部	<ul style="list-style-type: none"> ・坂下町 坂下町長 〃 助役 健康づくり課長 ・川上村 川上村長 川上村健康福祉課長 ・山口村 山口村長 山口村住民課長 ・南木曾町 南木曾町長 南木曾町民生課長 ・国民健康保険坂下病院 病院長 病院事務長 総務課長 									
	実務者会議	坂下町健康づくり課長 坂下町健康づくり課健康維持係長 坂下町健康づくり課保健師(2名)・栄養士(3名) 川上村健康福祉課長 川上村健康福祉課保健師(2名) 山口村住民課長 山口村住民課保健師(2名)・栄養士(1名) 南木曾町民生課長 南木曾町民生課保健師(1名)・栄養士(1名) 国民健康保険坂下病院長 国民健康保険坂下病院事務長 国民健康保険坂下病院総務課長 国民健康保険坂下病院内科医師 国民健康保険坂下病院地域医療科長 国民健康保険坂下病院保健師(2名)・栄養士(1名)・看護師(1名) 運動指導士(1名)									
	プログラムの実施に関わっている委託機関と委託内容	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">委託機関名</th> <th style="width: 50%;">委託内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>国民健康保険坂下病院</td> <td>国保ヘルスアップモデル事業業務委託</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	委託機関名	委託内容	国民健康保険坂下病院	国保ヘルスアップモデル事業業務委託					
委託機関名	委託内容										
国民健康保険坂下病院	国保ヘルスアップモデル事業業務委託										
評価主体	愛知医科大学 ヘルスプロモーション講座 愛知医科大学衛生学教室助教授										

4. モデル事業実施にあたって実施を開始した保健事業

平成15年度はモデル事業のみで、その他の健康教育は実施していない。

5. 医療費分析の実施状況

医療費分析の実施の有無 ※実施：○、実施せず：×	×
集計対象予定期間	
集計対象	
集計内容	
集計単位	
集計実施状況	

国保ヘルスアップモデル事業
 —平成 15 年度実績報告調書 B 票(耳より健康教室)—

1. 個別健康支援プログラムの概要				
プログラムの実施期間	期	時期	期間	介入回数
	強介入期間 ※1 か月に 1 回以上の介入がある場合	15 年 8 月 ～ 16 年 1 月	6 ヶ月	6 回
	一般介入期間 ※1 か月に 1 回未満の介入がある場合	年 月 ～ 年 月	ヶ月	回
	合計	年 月 ～ 年 月	ヶ月	回
プログラム終了後のフォローアップ期間 ※プログラム終了後に、効果の継続性の確認や効果測定のために介入群と接触した場合	16 年 2 月 ～ 16 年 3 月		1 ヶ月	1 回
対象とする生活習慣病名	肥満・糖尿病予備軍			
対象年齢層	30 歳 ～ 75 歳			
個別健康支援プログラムの特徴 ※このプログラムを企画した意図やねらい、プログラムの新規性や独自性	① 習慣病と加齢による身体機能の低下について学び、栄養摂取、身体運動の重要性を理解できる。 ② 個別の栄養・運動指導(家庭でできる運動)により、良い生活習慣が継続できるようにする。 ③ 参加者同士の交流・情報交換 ④ 地区を巡回して実施。 ⑤ 全年齢、全疾患同じ内容とする * 1クールを6ヶ月とし、3年間で4回実施する。			

2. 介入群と対照群の設定状況								
介入群	参加者の性別、年齢		40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
		男性	1人	0人	0人	9人	7人	17人
		女性	0人	1人	5人	42人	32人	80人
		計	1人	1人	5人	51人	39人	97人
	参加者の健康保険加入状況	国民健康保険加入者数 (94)人 政府管掌健康保険加入者数 (3)人 組合管掌健康保険加入者数 ()人						
	脱落者数	転居・死亡・発病 ()人 その他 ()人						
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	糖尿病予備軍:「空腹時」または「食後8時間以上」の人で血糖値が100mg/dl以上または食事時間が関係なくHbA1cが5.8%以上のいずれか一つでも該当する者とする。 肥満: BMIが25以上で、糖尿病予備軍に該当しない者とする						
グループ分けの状況(有無・方法) ※同一プログラム参加者の中でのグループ分けの有無と方法	・グループ分け:有 ・方法 :各町村別							
ドロップアウト防止のための対策 ※参加者の参加が継続されるために特に工夫したこと	・交通不便の地域もあり各町村別とした。 ・教室の実施の曜日は参加者の希望を募り、多い日で各町村毎に分け決めた。 ・不都合日には、他の町村に参加してもらうか、各町村の保健師が個別に指導する。 ・教室での内容は大学助教授にアドバイスしていただき新しい情報を提供した。							
対照群	参加者の性別、年齢		40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
		男性	9人	1人	13人	14人	16人	53人
		女性	1人	8人	19人	21人	14人	63人
		計	10人	9人	32人	35人	30人	116人
	参加者の健康保険加入状況	国民健康保険加入者数 (81)人 政府管掌健康保険加入者数 (35)人 組合管掌健康保険加入者数 ()人						
脱落者数	転居・死亡・発病(0人) その他 (0人)							
選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	・介入群の選定基準と同様							

3. 個別健康支援プログラムの具体的内容(続き)									
プログラムの 内容・方法	実施方法	実施方法		実施回数 ※実施回数 を記入	内容※実施した内容に○				
					運動	食事	その他		
		講義(情報提供)				6回	○	○	
		面接指導				1回		○	
		通信指導	手紙・電話			0回			
			メール等 IT			0回			
		実技指導				5回	○	○	
		グループワーク				1回		○	
		個人メニュー作成 ※プログラムの中で参加者個人個人に対する目標設定等				/			
						回			
				回					
				回					
自己管理表 の使用状況 ※自宅等における 生活習慣の自己管 理を促すために使 用した記録表等のこ と		自己管理内容		管理表等の 使用の有無 ※使用:○ 使用せず:×	指導者による確認状況 ※毎回確認:◎ 時々確認:○ 確認せず:×				
		体重		○	◎				
		歩数		○	○				
		食事内容		○	○				
		ウエスト		○	○				
		ヒップ		○	○				

4. 対照群に対して行った保健事業				
対照群に 対して行 った保 健事 業	内容 ※あてはまるもの すべてに○	特になし(情報提供のみ)		
		結果説明会		○
		他の保健事業利用の紹介		
		その他()		

5. 個別健康支援プログラムの効果と課題	
<p>評価指標以外でみられた効果</p> <p>※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたもの</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 合併を控え、各町村(川上村、山口村、南木曾町)との連携が取りやすくなった。
<p>問題点や課題</p> <p>※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 月1回の2時間程度の教室では、個別指導の充実が困難であった。 ・ グループワークは、参加者の健康への意識の向上、各グループの連帯感を図るに重要と思われるが、講義等が中心になり時間が取れなかった。 ・ 耳より健康教室は、栄養・運動指導の講義が中心で、実践的な運動指導が少なかった。

国保ヘルスアップモデル事業
 —平成 15 年度実績報告調書 B 票(いきいき運動教室)—

1. 個別健康支援プログラムの概要				
	期	時期	期間	介入回数
プログラムの実施期間	強介入期間 ※1 か月に 1 回以上の介入がある場合	平成15年 8月最終週 ～ 平成16年 3月	7ヶ月	30回
	一般介入期間 ※1 か月に 1 回未満の介入がある場合	年 月 ～ 年 月	ヶ月	回
	合計	平成15年 8月最終週 ～ 平成16年 3月	7ヶ月	30回
プログラム終了後のフォローアップ期間 ※プログラム終了後に、効果の継続性の確認や効果測定のために介入群と接触した場合		年 月 ～ 年 月	ヶ月	回
対象とする生活習慣病名	糖尿病・肥満			
対象年齢層	30歳 ～75歳			
個別健康支援プログラムの特徴 ※このプログラムを企画した意図やねらい、プログラムの新規性や独自性	① 生活習慣病とはどんなもので、どんな弊害が出てくるか、理解する。 ② 生活習慣病予防のための運動や食事について、最新の正しい知識を提供し、理解する。 ③ より良い運動習慣を維持していくために、様々な運動メニューを紹介し、各自に合った運動を模索する。 ④ 教室は集団指導で行うが、その中の運動負荷や運動時間などを個別で作成し、個人の状態に合わせた運動を行うようにする。 1. 糖尿病予防に効果的な運動と、肥満解消に効果的な運動と、ほぼ同じであるため、疾患別にプログラムを分けていない。 2. プログラムの新規性は、加齢とともに低下する筋力発揮の調整能力を養う協働性トレーニングを取り入れる点である。			

2. 介入群と対照群の設定状況								
介入群	参加者の性別、年齢		40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
		男性	1人	6人	6人	11人	11人	35人
		女性	3人	9人	21人	32人	11人	76人
		計	4人	15人	27人	43人	22人	111人
	参加者の健康保険加入状況	国民健康保険加入者数 (80)人 政府管掌健康保険加入者数 (31)人 組管掌健康保険加入者数 ()人						
	脱落者数	転居・死亡・発病 (1)人 その他 (4)人						
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	糖尿病予備軍:「空腹時」または「食後8時間以上」の人で血糖値が100mg/dI以上または食事時間が関係なくHbA1cが5.8%以上のいずれか一つでも該当する者とする。 肥満: BMIが25以上で、糖尿病予備軍に該当しない者とする。						
グループ分けの状況(有無・方法) ※同一プログラム参加者の中でのグループ分けの有無と方法	グループ分け 有 方法 参加者の都合の良い曜日・時間帯で分けている。							
ドロップアウト防止のための対策 ※参加者の参加が継続されるために特に工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> 参加者4人に対して1以上の指導者がつき、細かい点まで目が行き届くようにした。 参加者の都合が悪いときは、曜日・時間帯を変更できるようにした。 個人ファイルを作りそこで指導者と参加者とがコミュニケーションを取れるようにした。 							
対照群	参加者の性別、年齢		40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
		男性	9人	1人	13人	14人	16人	53人
		女性	1人	8人	19人	21人	14人	63人
		計	10人	9人	32人	35人	30人	116人
	参加者の健康保険加入状況	国民健康保険加入者数 (81)人 政府管掌健康保険加入者数 (35)人 組管掌健康保険加入者数 ()人						
脱落者数	転居・死亡・発病 (0)人 その他 (0)人							
選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	介入群と同じ							

3. 個別健康支援プログラムの具体的内容(続き)									
プログラムの 内容・方法	実施方法	実施方法		実施回数 ※実施回数 を記入	内容※実施した内容に○				
					運動	食事	その他		
		講義(情報提供)				10回	○	○	○
		面接指導				1回		○	
		通信指導		手紙・電話		0回			
				メール等IT		0回			
		実技指導				29回	○		
		グループワーク				2回	○	○	
		個人メニュー作成 ※プログラムの中で参加者個人個人に対しての目標設定等				/	○		
						回			
				回					
				回					
自己管理表 の使用状況 ※自宅等における 生活習慣の自己管 理を促すために使 用した記録表等のこ と		自己管理内容		管理表等の 使用の有無 ※使用:○ 使用せず:×	指導者による確認状況 ※毎回確認:◎ 時々確認:○ 確認せず:×				
		体重		○		◎			
		歩数		○		◎			
		食事内容		×					

4. 対照群に対して行った保健事業				
対照群に 対して行 った保 健事 業	内容 ※あてはまるもの すべてに○	特になし(情報提供のみ)		
		結果説明会		○
		他の保健事業利用の紹介		
		その他()		

5. 個別健康支援プログラムの効果と課題	
<p>評価指標以外でみられた効果</p> <p>※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたもの</p>	<p>アンケートでは、以下のような効果が見られた。</p> <p>(第23回目に実施)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「歩いていても足が疲れにくくなった。」 はい 83% いいえ 8% わからない 9% ・ 「階段や坂道で息切れがしなくなった。」 はい 70% いいえ 12% わからない 8% ・ 「ストレッチを自宅で、行う習慣がついた。」 はい 63% いいえ 34% 以前から 3% ・ 「食物繊維を含む食品を積極的に食べるようになった。」 はい 92% いいえ 7% 無回答 1%
<p>問題点や課題</p> <p>※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ グループワークが少なかったため、平成16年度からはグループワークを多く行い、参加者同士の情報交換を活発に行ってもらえるようにする。

国保ヘルスアップモデル事業
—平成 15 年度実績報告調書 C 票—

【平成 15 年度から平成 16 年度にかけての変更点】

1. 事業全体について			
	15 年度	16 年度	変更理由
実施体制			
個別健康支援 プログラムの コース設定			

2. 個々の個別健康支援プログラムについて			
	15 年度	16 年度	変更理由
プログラム提供体制			
対象とする疾病			
対象者の属性			
対象者の選定基準			
参加者人数	387名	384名	参加者の健康上の理由、または仕事上の理由により、週1回の教室に参加することが困難であるため
個別健康支援プログラムの内容		参加者同士の情報交換を主な目的とし、グループワークを月に1回行う	平成15年度においては、グループワークの時間が少なかったため