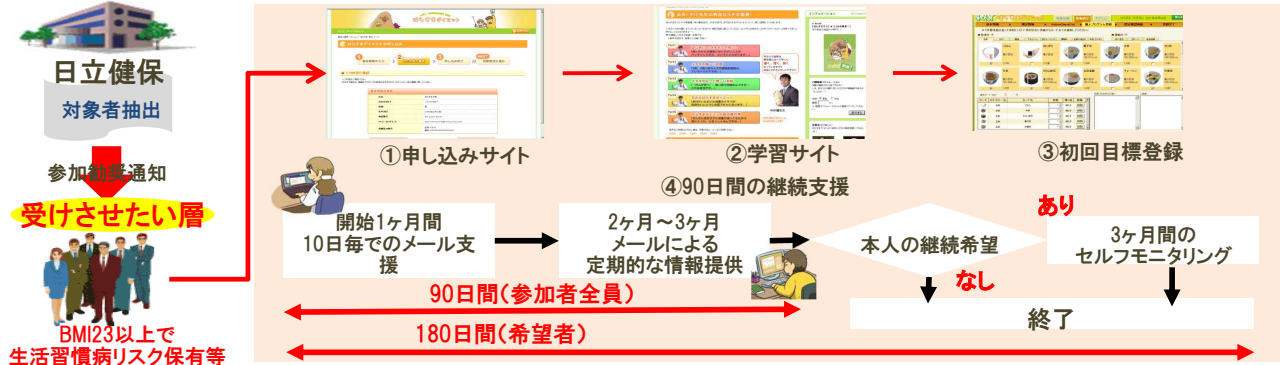


○事業目的

メタボ群への移行が疑われるメタボ非対象群に対し、学習サイトを利用した意識付けを行いメタボ群への移行を防止

○事業概要

対面式の面談は行わず、自身で目標設定を行い、Web上で完結する90日間の生活習慣改善プログラム



○実施状況・事業効果

- 実施状況:2014年度上期分については、対象者4,530名中、254名が参加(参加率:5.5%)
2014年度下期分については、対象者1,065名中、146名が実施中(参加率:13.7%)(現在実施中)
※参加勧奨方法を修正し、参加率の向上が見られている。
- 減量率:254名中の減量成功者は、193名(成功率:76.0%)、平均減量は、1.9kg(減量率:2.5%)
- ※対面式の面談を伴わないため、参加者負担並びに事業所関係部署の負担も少ないことに加え、委託機関への委託費用(特定保健指導委託費の約3割)の抑制効果もあり、減量をめざした事業としては、ある程度の効果が確認できた。

© Hitachi Health Insurance Society. 2015. All rights reserved.

-5-

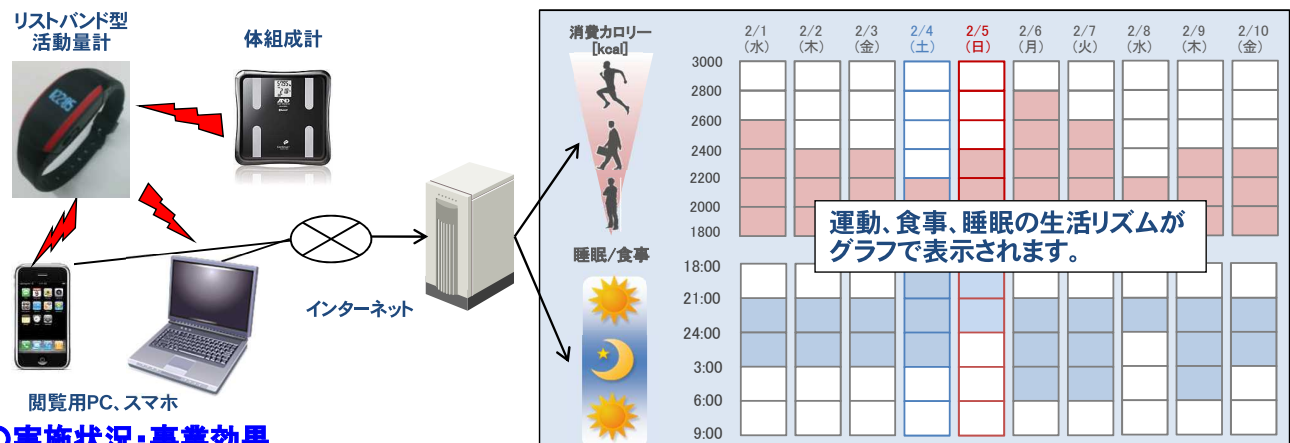
実証事業の概要図(セルフモニタリング強化対応)

○事業目的

可視化した自身の生活リズムから課題等を確認し、セルフモニタリングを強化

○事業概要

活動量計と体組成計を利用し、自身の生活リズムを見つめ直し、自ら生活習慣の改善に取組み90日間のプログラム



○実施状況・事業効果

- 実施状況:メタボ化予防対策については、対象者1,205名中、87名が完了(BMI 23以上)
リバウンド防止対策については、対象者326名中、32名が実施中(参加率:9.8%)(現在実施中)
- 減量率:87名中の減量成功者は、62名(成功率:71.3%)、平均減量率は、2.3%
- ※本プログラムは、リストバンド型活動量計と体組成計を参加者に貸与し実施するが、参加者の開始前に行うシステム登録等準備の煩雑さや、装着後の装置トラブル等の発生が発生し、現状の内容での継続は、費用対効果の視点、利用者の利便性の視点いずれも課題があるため、改善が必要。

© Hitachi Health Insurance Society. 2015. All rights reserved.

-6-