

かけだしメタボへの早期介入事業の概要図

事業目的

- ◆ 特定保健指導の基準ではカバーできない層(かけだしメタボ・服薬メタボ)に対し、生活習慣の改善を早期に介入する
- ◆ 実施期間を4ヶ月にし、脱落防止・モチベーションの維持のため密度の濃いサポートプログラムとする
- ◆ 手軽で気軽に参加できるWebTVを活用し、参加率の低かった営業職(MR)の参加率を向上させる
- ◆ “やらされる感”を払拭させ、自発的な行動を促しヘルスリテラシーを身に付け、健康風土を醸成していくこと

実施概要

GSKメタボ分類によりGSKメタボを抽出し、手軽で気軽に参加できるWebTV面談を4ヶ月に3回(1回20分)実施して、参加者の健康意識向上および行動変容を支援する。

GSKメタボ分類

①BMI 27以上(リスクなしも含む)
または
②BMI 25以上27未満 かつ リスクあり

かけだしメタボ(若年&リスクなし)

- 20-30代のBMI25以上リスクあり
- BMI27以上リスクなし

服薬メタボ

- BMI25以上リスクあり服薬者

特保リピーター

- 特定保健指導既実施者

ヘルスUPキャンペーン 【プレミアムコース】

- ◆ **手軽で気軽に参加**できるWebTV面談(1回20分)
- ◆ 4ヶ月で3回の面談実施で**密度の濃いサポート**
- ◆ “プレミアム感”と自分で問診結果から目標を決め**“やらされる感”を払拭**
- ◆ **モチベーションの維持**のため、健保からも継続的にサポート
- ◆ 運動習慣のある者は参加辞退可

◆プログラムの流れ



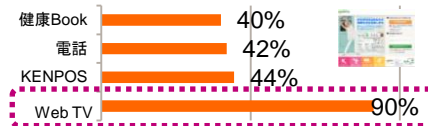
実施状況

▶KENPOS登録人数:335名 (参加率 335/692=48.4%)

(1)参加者構成

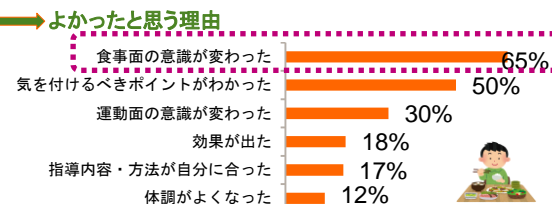
年齢	割合	職種	割合
20-30代	29%	MR	81%
40代	46%	本社	16%
50代	25%	工場	3%

(2)継続支援(ツール)利用状況

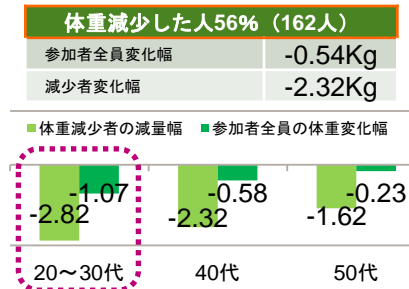
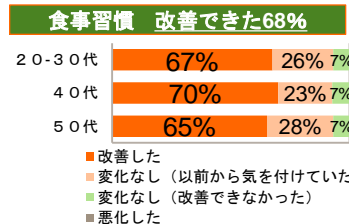


(3)参加者評価

参加してよかった87%	
大変よかった	18%
まあよかった	69%
あまりよくなかった	10%
よくなかった	2%



(4)参加後の変化



事業評価

- ◆ 食習慣および運動習慣の両方を改善できた人の割合は、20-30代がもっとも高く、体重減少者の割合と減量幅も大きかった。
- ◆ もともと意識の高い50代に比べ、20-30代は強制力が効き、行動変容に繋がりやすい世代であることから、かけだしメタボへの早期介入は今後も期待できる。
- ◆ WebTVを活用したことで、MR の参加率も高めることができた。またWebTV面談に対しよかった76%と高い評価であり、面談回数3回、面談時間20分も適切であったと言える。
- ◆ 参加してよかった87%と高い満足度が得られたのは、事前準備から密に連携をとり、限られた環境の中で参加者のニーズに合った質の高い指導内容を提供できた、保健指導会社(株メディア)の指導力も要因の一つと考えられる。