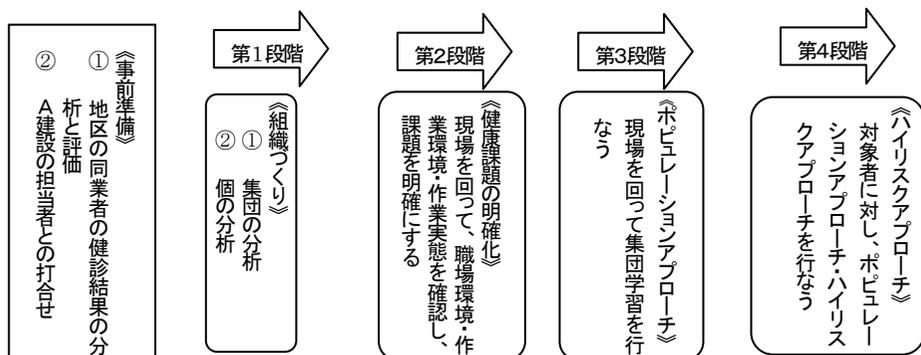


タイムリーに行なえるため、健診結果に対する認識が高く、生活習慣改善の動機づけにも効果的である。平成18年度は66名に対して動機づけ支援を行なった。

2) 積極的支援…『健康増進コース』(健康増進コースの詳細は次ページ参照)

動機づけ支援を行い、さらに生活習慣改善に取り組む意志がある者、または保健師は必要と判断した者に対し、積極的に支援する。A建設では、現在も6名がフォローアップコースに取り組んでいる。

図1 段階を追ったアプローチによりハイリスクアプローチに到った経過



<特徴>

- ① 組織づくりからハイリスクアプローチまで、計画的に推進した。
- ② 集団の分析・個人の分析と現場を見て健康課題を明確にしたことが、組織づくりにつながった。
- ③ 課題が明確になっているため、具体的・実践的な手法でポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチを行なった。
- ④ 各種媒体を効果的に活用した。
- ⑤ 地域で行なわれている健康相談が必要な対象者に対しては地域に紹介し、より効果的なアプローチをしている。
- ⑥ 動機づけ支援(健診後の保健指導)とEBHに基づいた積極的支援(健康増進コース)を組み合わせることで保健指導を行ない、次の評価に示すような成果をあげている。

<評価>

1. ポピュレーションアプローチに対する評価

現場を回って健康課題を明確にしたこと、集団及び個人の分析を詳細に行なった上でアプローチしたことで、具体的で実践に結びつきやすい集団学習になった。自動販売機の前で従業員同士がジュースの選び方を話題にしている姿を担当者も確認している。また、自販機の売り上げも減っているようだと言っている。

2. ハイリスクアプローチに対する評価

1) 個人に対する評価

(1) 動機づけ支援の評価

17年度の健診結果に基づき保健指導を行なった者について、18年度の健診結果で動機づけ支援の評価をした。

表1 動機づけ支援対象者の検査結果の変化(平均値の変化)n=16

	BMI	血圧 mmHg		中性脂肪 mg/dl	HDL mg/dl	空腹時血糖 mg/dl
		収縮期	拡張期			
平成17年度	23.1	124.6	77.0	113.1	55.1	105.9
平成18年度	23.0	121.6	78.9	102.5	60.6	105.0
変化量	-0.1	-3.0	+1.9	-10.6	+5.5	-0.9

BMIに変化はないが、中性脂肪が平均10.6mg/dl減少し、HDLコレステロールが5.5mg/dl増加した。清涼飲料水の糖質、コンビニ弁当の選び方等について保健指導をした成果である。なお、残りの者は18年度の健診結果に基づいて保健指導を行なったため、19年度の健診で評価をする予定である。

(2) 積極的支援の評価

① 生活習慣改善状況

フォローアップコース対象者6名は、現場勤務と長時間労働のため、外食と夜遅い時間にとる夕食が共通の問題である。

現在コース途中で継続指導中だが、改善状況は次のとおりである。

- ・食事の改善 量を抑えるための工夫(2名)、コンビニ弁当の選び方、臍物・小魚の減量、果物の減量(各1名)
- ・間食に関する改善 間食の減量と選び方の工夫(1名)

確実に生活習慣改善の実践と定着が見られる。今後、中間評価を元に目標の見直しと保健行動の支援を行なっていく。

② 健診結果改善状況

フォローアップ健診の結果で中間評価を行なった。対象者6名のうち3名が中間評価(フォローアップ健診)まで終わっている。

表2 フォローアップコース・健診結果検査数値の変化(中間評価)(n=3)

	BMI	血圧 mmHg		中性脂肪 mg/dl	HDL mg/dl	空腹時血糖 mg/dl
		収縮期	拡張期			
生活習慣病予防健診	22.4	117.7	69.0	176.7	60.0	96.3
中間評価 (フォローアップ健診)	22.9	123.7	74.7	168.3	58.3	91.0
変化量	+0.5	+6.0	+5.7	-8.4	-1.7	-5.3