

資料. 解析結果表

表 1. 各フィールドのベースライン調査時の参加者数（2021 年・2022 年尿検査実施者、75 歳未満）

介入群	人数
自治体 A	213
自治体 C	179
自治体 D	195
自治体 F	559
自治体 E	164
自治体 I	452
自治体 K	(384 除外)
自治体 G	668
L 社	971
M 社	132
N 社	184
合計	3717

同時対象群	人数
自治体 B	188
自治体 D	345
自治体 E	64
自治体 H	9
自治体 J	706
L 社	1908
O 社	0
合計	3220

表 2. ベースライン調査（2021 年）時における対象者特性（2021 年・2022 年尿検査実施者、75 歳未満）

	介入群, n=3717	同時対照群, n=3220	P 値
年齢, 歳	56.3 (16.4)	49.0 (17.8)	<0.001
女性, n (%)	1691 (45.5)	1306 (40.6)	<0.001
BMI, kg/m ²	23.0 (3.5)	22.9 (3.6)	0.217
喫煙者, n (%)	571 (15.4)	633 (19.7)	<0.001
飲酒習慣有, n (%)			<0.001
時々	1202 (32.4)	1111 (34.5)	
毎日	801 (21.6)	553 (17.2)	
運動習慣有, n (%)	1310 (35.5)	1035 (32.2)	0.004
降圧薬服用者, n (%)	906 (25.3)	559 (17.4)	<0.001
脂質降下薬, n (%)	623 (17.5)	385 (12.0)	<0.001
糖尿病治療薬, n (%)	209 (5.9)	140 (4.4)	0.003
脳卒中既往有, n (%)	99 (2.7)	56 (1.7)	0.009
心臓病既往有, n (%)	185 (5.0)	109 (3.4)	0.001
CKD 既往有, n (%)	19 (0.5)	21 (0.7)	0.450
地域（自治体）対象者, n (%)	2430 (65.4)	1312 (40.8)	<0.001

値は平均値（標準偏差）または n（%）。対応のない t 検定または χ^2 検定。

表 3. 実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

a) 介入群

有効性評価項目	地域（自治体）									
	自治体 A, n=213		自治体 C, n=179		自治体 D, n=195		自治体 E, n=164		自治体 F, n=559	
	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年
採尿方法	早朝尿を持参	早朝尿を持参	健診時尿	健診時尿	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参
一次エンドポイント										
尿 Na/K 比	4.48 (2.23)	4.14 (2.45)	2.85 (1.97)	2.72 (1.77)	4.60 (2.83)	4.77 (2.95)	4.09 (2.42)	4.08 (2.6)	4.60 (2.66)	4.41 (2.41)
推定一日食塩摂取量, g/日	8.88 (2.16)	8.59 (1.88)	8.73 (2.11)	8.71 (2.31)	8.87 (1.82)	8.95 (1.8)	9.29 (2.13)	9.20 (2.12)	9.05 (1.99)	8.86 (1.85)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1354.92 (262.16)	1373.62 (275.96)	1636.04 (293.05)	1660.58 (302.37)	1379.14 (288.80)	1363.45 (271.04)	1514.24 (317.33)	1521.14 (299.90)	1390.82 (276.04)	1384.9 (278.53)
推定一日 K 摂取量, mg/日	1759.64 (340.47)	1783.93 (358.38)	2124.72 (380.59)	2156.60 (392.69)	1791.09 (375.07)	1770.71 (352)	1966.54 (412.12)	1975.51 (389.48)	1806.26 (358.49)	1798.58 (361.73)
二次エンドポイント										
収縮期血圧値, mmHg	134.1 (15.8)	134 (15.6)	129.2 (16.5)	130.3 (16.1)	122.6 (16.9)	122.4 (18.7)	134.6 (17.0)	132.3 (16.2)	127.3 (19.2)	124.5 (17.9)
拡張期血圧値, mmHg	80.0 (10.0)	79.8 (9.3)	78.1 (10.3)	78.4 (10.1)	74.7 (11.3)	74.0 (12.2)	77.2 (9.8)	75.7 (9.9)	77.2 (11.3)	75.8 (10.7)
体重, kg	60.8 (12.2)	60.6 (12.2)	58.3 (10.4)	57.7 (10.3)	58.8 (11.2)	58.5 (11.5)	57.7 (10.8)	57.2 (10.6)	57.4 (10.6)	56.9 (10.6)
LDL コレステロール値, mg/dL	128.6 (33.4)	122.4 (30.3)	119.1 (31.6)	113.0 (29.7)	127.8 (30.0)	122.9 (28.4)	131.4 (29.5)	123.8 (30.5)	125.9 (30.0)	123.4 (30.2)
HDL コレステロール値, mg/dL	64.6 (17.6)	65 (18.5)	66.3 (16.8)	65.9 (16.6)	67.2 (18.3)	66.5 (18.1)	61.6 (15.4)	63.9 (15.7)	70.6 (18.2)	70.5 (18.2)
中性脂肪値, mg/dL	119.9 (96.5)	116.8 (92.9)	109 (54.5)	102.9 (57.1)	100.4 (60.9)	97.9 (52.9)	134.3 (82.2)	131.3 (87.7)	103.2 (54.3)	103.6 (56.9)
血糖値, mg/dL	103.1 (18.0)	102.5 (17.2)	100.1 (17.4)	100.3 (17.0)	96.3 (15.4)	97.6 (14.7)	96.7 (11.3)	98.9 (14.9)	99.8 (16.0)	99.2 (14.8)
HbA1c 値, %	5.82 (0.68)	5.84 (0.62)	5.57 (0.61)	5.64 (0.63)	5.57 (0.59)	5.54 (0.56)	5.8 (0.74)	5.87 (0.77)	5.54 (0.52)	5.51 (0.51)
塩分チェックシート点数	12.3 (4.0)	11.8 (4.0)	13 (5.1)	12.1 (4.3)	11.0 (3.9)	10.4 (4.1)	11.0 (4.2)	10.4 (4.2)	11.3 (4.2)	10.5 (4.1)

値は平均値（標準偏差）

表3（続き）．実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

a) 介入群（続き）

有効性評価項目	地域（自治体）				職域					
	自治体 G, n= 668		自治体 I, n=452		自治体 K, n=384		L 社, n=971		M 社, n=132	
	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年
採尿方法	健診時尿	健診時尿	早朝尿を持参	早朝尿を持参	健診時尿	早朝尿を持参	健診時尿	健診時尿	早朝尿を持参	早朝尿を持参
一次エンドポイント										
尿 Na/K 比	2.33 (1.31)	2.32 (1.29)	4.87 (2.61)	4.99 (2.99)	2.51 (1.52)	4.78 (2.95)	3.04 (1.91)	3.01 (1.93)	4.07 (2.15)	4.08 (2.54)
推定一日食塩摂取量, g/日	8.27 (1.89)	8.04 (1.91)	9.32 (2.04)	9.31 (2.14)	8.43 (2.21)	8.79 (2.09)	8.99 (2.02)	8.96 (2.09)	8.06 (1.63)	8.11 (1.81)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1678.71 (292.64)	1624.68 (283.66)	1395.97 (295.34)	1389.54 (298.56)	1672.23 (349.24)	1343.57 (307.18)	1668.50 (342.53)	1660.46 (328.12)	1299.52 (321.68)	1322.41 (346.02)
推定一日 K 摂取量, mg/日	2180.15 (380.06)	2109.97 (368.39)	1812.94 (383.56)	1804.60 (387.74)	2171.73 (453.56)	1744.89 (398.93)	2166.88 (444.85)	2156.44 (426.13)	1687.69 (417.77)	1717.41 (449.38)
二次エンドポイント										
収縮期血圧値, mmHg	123.3 (15)	124.2 (15.4)	127 (17.2)	125.7 (15.8)	125.5 (16.3)	127.1 (16.4)	120.8 (15.5)	118.6 (14.8)	109.1 (12.3)	116.8 (13.0)
拡張期血圧値, mmHg	72.3 (9.4)	73 (9.4)	74.2 (10.0)	75.7 (10.8)	76.8 (10.6)	76.9 (10.5)	74.2 (11.5)	74.8 (11.3)	68.2 (9.2)	75.2 (10.0)
体重, kg	57.4 (11.4)	57.1 (11.4)	58.3 (11.0)	58 (11.0)	58.8 (11.8)	59 (11.8)	65.7 (12.9)	66.3 (13.2)	64.2 (10.8)	64.5 (11.0)
LDL コレステロール値, mg/dL	123.2 (27.8)	120.2 (26.5)	115.1 (26.2)	119.7 (27.6)	118.8 (28.9)	118 (28.7)	118.9 (30.9)	118.8 (30.7)	122.4 (29.9)	123.8 (30.2)
HDL コレステロール値, mg/dL	64.3 (17.2)	66.7 (17.9)	62.7 (15.5)	64.3 (15.1)	62.8 (15.1)	64.3 (15.5)	61.8 (14.7)	61.0 (14.0)	64.3 (15.3)	65.7 (15.6)
中性脂肪値, mg/dL	100.5 (54.4)	99.5 (51.6)	106.5 (70.1)	108.2 (77.5)	111.8 (96.7)	105.8 (73.1)	109.4 (81.9)	101.5 (69.1)	84.1 (55.1)	83.7 (57.1)
血糖値, mg/dL	101.2 (17.2)	101.8 (14.3)	100.0 (18.1)	100.2 (16.7)	96 (15.2)	95.2 (16.6)	93.3 (13.9)	92.1 (16.5)	88.9 (8.2)	NA
HbA1c 値, %	5.66 (0.5)	5.67 (0.48)	5.67 (0.68)	5.62 (0.64)	5.7 (0.51)	5.71 (0.57)	5.33 (0.46)	5.25 (0.47)	5.33 (0.43)	5.30 (0.44)
塩分チェックシート点数	12.1 (4.4)	11.6 (4.3)	12.5 (4.0)	11.7 (4.3)	12.2 (4.3)	12.1 (4.1)	13.5 (4.1)	13.0 (4.3)	12.7 (3.6)	12.6 (3.7)

値は平均値（標準偏差）

表 3（続き）．実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

a) 介入群（続き）

有効性評価項目	職域	
	N 社, n=184	
	2021 年	2022 年
採尿方法	早朝尿を持参	早朝尿を持参
一次エンドポイント		
尿 Na/K 比	5.58 (4.55)	5.9 (4.08)
推定一日食塩摂取量, g/日	8.51 (2.18)	8.63 (2.2)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1252.82 (310.91)	1231.69 (298.95)
推定一日 K 摂取量, mg/日	1627.04 (403.78)	1599.59 (388.24)
二次エンドポイント		
収縮期血圧値, mmHg	122.6 (13.1)	119.9 (11.8)
拡張期血圧値, mmHg	75.6 (9.8)	75.4 (9.3)
体重, kg	67.1 (14.7)	66.7 (14.9)
LDL コレステロール値, mg/dL	122.4 (30.7)	115.3 (29.3)
HDL コレステロール値, mg/dL	59 (14.9)	59.3 (14.6)
中性脂肪値, mg/dL	97.2 (73.8)	94.4 (64.4)
血糖値, mg/dL	97.9 (20.3)	100.8 (15.1)
HbA1c 値, %	5.58 (0.79)	5.42 (0.47)
塩分チェックシート点数	13.5 (4.0)	12.6 (4.1)

値は平均値（標準偏差）

表3（続き）．実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

b) 同時対照群

有効性評価項目	地域（自治体）									
	自治体 B, n=188		自治体 D, n=345		自治体 E n=64		自治体 H, n=9		自治体 J, n=706	
	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年	2021 年	2022 年
採尿方法	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参
一次エンドポイント										
尿 Na/K 比	4.16 (2.23)	4.1 (2.08)	4.51 (2.64)	4.34 (2.78)	4.91 (3.05)	4.41 (2.59)	4.94 (2.34)	5.89 (5.05)	4.01 (2.66)	4.63 (2.83)
推定一日食塩摂取量, g/日	8.86 (2.17)	9.03 (2.02)	8.88 (1.92)	8.79 (1.76)	9.47 (2.24)	9.10 (2.32)	8.50 (1.24)	8.51 (1.90)	9.02 (2.41)	9.15 (2.25)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1420.79 (361.95)	1438.22 (257.51)	1373.86 (256.98)	1377.43 (261.57)	1442.48 (374.09)	1424.38 (321.6)	1234.48 (130.65)	1218.32 (160.97)	1497.76 (349.61)	1429.84 (342.70)
推定一日 K 摂取量, mg/日	1845.18 (470.06)	1867.82 (334.43)	1784.24 (333.74)	1788.87 (339.69)	1873.35 (485.83)	1849.84 (417.66)	1603.22 (169.68)	1582.23 (209.05)	1945.15 (454.04)	1856.93 (445.06)
二次エンドポイント										
収縮期血圧値, mmHg	128 (17.9)	128.7 (18.6)	124.4 (17.9)	122.1 (16.5)	127.9 (15.7)	124.5 (14)	136.2 (19.3)	125.6 (24.6)	128.4 (17)	129.4 (16.3)
拡張期血圧値, mmHg	77.8 (10.6)	77.7 (10.5)	75.9 (11.1)	74.4 (10.6)	75.3 (10.5)	72.2 (10.9)	76.0 (7.3)	71.6 (14.6)	76.8 (11.3)	77.5 (10.6)
体重, kg	59 (11.7)	59.1 (11.7)	58.5 (11.0)	58.2 (10.8)	61.7 (12.6)	61.4 (13.0)	54.9 (10.8)	54.4 (10.6)	58.7 (11.0)	58.7 (11.2)
LDL コレステロール値, mg/dL	120.8 (26.2)	121.1 (26.3)	128.6 (31.7)	124.3 (31.8)	136.2 (29.4)	126.4 (31.4)	128.3 (25.8)	121.1 (31.3)	123 (30.9)	119.7 (30.4)
HDL コレステロール値, mg/dL	67.8 (17.9)	69.8 (18.2)	68.4 (19.1)	68.6 (18.5)	60.7 (14.4)	58.9 (14.2)	65.3 (16.4)	61.1 (12.7)	63.5 (17.1)	64.4 (17.2)
中性脂肪値, mg/dL	103.6 (54.8)	98.2 (54.6)	104.6 (55.2)	102.4 (49.0)	141.5 (102.8)	144.1 (111)	116.6 (66.5)	106.6 (44.4)	110.1 (117)	113.6 (104.1)
血糖値, mg/dL	94.8 (13.8)	96.6 (20.0)	98.7 (20.9)	96.8 (14.8)	99.3 (17.0)	98.6 (27.7)	101 (8.5)	101.6 (19.2)	99.1 (17.8)	100.2 (17.5)
HbA1c 値, %	5.81 (0.46)	5.97 (0.64)	5.60 (0.70)	5.61 (0.65)	5.65 (0.75)	5.79 (0.66)	5.26 (0.14)	5.47 (0.23)	5.75 (0.60)	5.74 (0.52)
塩分チェックシート点数	11.7 (4.1)	11.2 (4.0)	10.8 (4.2)	10.7 (4.2)	12.2 (4.3)	10.9 (3.4)	10.4 (1.5)	12.9 (3.4)	12.3 (4.2)	12.0 (4.2)

値は平均値（標準偏差）

表 3（続き）. 実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

b) 同時対照群（続き）

有効性評価項目	職域	
	L 社, n=1908	
採尿方法	2021 年	2022 年
	健診時尿	健診時尿
一次エンドポイント		
尿 Na/K 比	3.11 (1.97)	3.12 (2.09)
推定一日食塩摂取量, g/日	9.00 (2.12)	8.82 (2.13)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1649.54 (326.39)	1617.17 (330.13)
推定一日 K 摂取量, mg/日	2142.26 (423.88)	2100.23 (428.75)
二次エンドポイント		
収縮期血圧値, mmHg	120.1 (15.0)	116.7 (14.9)
拡張期血圧値, mmHg	73.5 (11.5)	72.9 (11.9)
体重, kg	63.8 (12.7)	64.0 (13.1)
LDL コレステロール値, mg/dL	116.2 (31.3)	115.5 (30.3)
HDL コレステロール値, mg/dL	64.0 (15.3)	62.9 (15.0)
中性脂肪値, mg/dL	103.1 (82.4)	100.5 (80.1)
血糖値, mg/dL	92.0 (17.9)	93.9 (15.8)
HbA1c 値, %	5.27 (0.43)	5.24 (0.44)
塩分チェックシート点数	13.5 (4.1)	13.1 (4.1)

値は平均値（標準偏差）

表3（続き）．実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

c) 過去対照群

地域（自治体）										
	自治体 B, n=168		自治体 A n=169		自治体 I, n=104		自治体 H, n=30		自治体 K, n=324	
有効性評価項目	2020 年	2021 年	2020 年	2021 年	2020 年	2021 年	2020 年	2021 年	2020 年	2021 年
採尿方法	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	早朝尿を持参	健診時尿	健診時尿	健診時尿	健診時尿
一次エンドポイント										
尿 Na/K 比	4.10 (2.07)	3.97 (2.01)	4.19 (2.34)	4.46 (2.37)	5.95 (3.13)	5.01 (2.80)	2.45 (1.32)	3.42 (1.94)	2.61 (1.48)	2.42 (1.49)
推定一日食塩摂取量, g/日	8.93 (2.04)	8.73 (1.95)	8.74 (2.06)	8.85 (2.11)	9.29 (1.87)	9.38 (1.64)	9.20 (1.56)	8.84 (2.29)	8.91 (2.21)	8.32 (2.24)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1426.83 (293.32)	1408.12 (256.69)	1379.56 (280.29)	1357.82 (258.14)	1258.97 (246.74)	1396.83 (274.65)	1848.27 (387.87)	1548.46 (416.73)	1739.14 (348.51)	1673.16 (341.32)
推定一日 K 摂取量, mg/日	1853.02 (380.93)	1828.73 (333.36)	1791.64 (364.02)	1763.41 (335.24)	1635.02 (320.44)	1814.06 (356.69)	2400.35 (503.73)	2010.98 (541.21)	2258.62 (452.61)	2172.93 (443.27)
二次エンドポイント										
収縮期血圧値, mmHg	129.3 (18.4)	128.7 (17.4)	133.9 (16.6)	134.1 (16.8)	141.5 (12.9)	133.9 (16.1)	133.2 (17.5)	136.1 (15.5)	127.3 (16.6)	124.1 (15.9)
拡張期血圧値, mmHg	77.9 (10.6)	78.3 (10.7)	80.1 (10.2)	79.5 (9.9)	84.3 (7.7)	77.6 (10.0)	78.6 (12.5)	79.1 (9.6)	77.7 (9.9)	76.2 (10.5)
体重, kg	59.1 (11.5)	58.8 (11.3)	60.8 (11.5)	60.5 (11.3)	58.5 (12.0)	58.3 (11.8)	59.2 (12.1)	59.1 (12.2)	58.5 (11.4)	57.7 (11.2)
LDL コレステロール値, mg/dL	122.9 (26.0)	121.5 (26.2)	132.1 (32.1)	130.4 (32.8)	120.4 (27.2)	119.8 (26.3)	129.2 (36.6)	127.3 (29.8)	124.6 (31.5)	118.6 (27.8)
HDL コレステロール値, mg/dL	68.6 (18.6)	67.8 (18.2)	65.4 (18.0)	63.9 (18.0)	63.7 (14.2)	63.3 (14.1)	65.3 (18.8)	61.8 (17.0)	66.2 (16.3)	62.8 (15.1)
中性脂肪値, mg/dL	105.9 (60.9)	104.5 (58.9)	124.4 (64.0)	119 (75.9)	102.6 (51.3)	99.6 (54.3)	213 (664.8)	113.8 (82.5)	101.7 (67.7)	103 (73.7)
血糖値, mg/dL	97.2 (16.0)	96.1 (15.3)	101.1 (16.7)	103 (17.1)	99.3 (19.6)	99.3 (16.8)	108.2 (19.8)	108.0 (18.5)	95.9 (16.3)	95.5 (15.0)
HbA1c 値, %	5.78 (0.49)	5.82 (0.46)	5.79 (0.60)	5.81 (0.62)	5.59 (0.48)	5.66 (0.48)	5.66 (0.79)	5.69 (0.74)	5.61 (0.48)	5.69 (0.45)
塩分チェックシート点数	12.7 (4.0)	11.7 (4.2)	13 (4.3)	12.6 (3.9)	NA	12.2 (4.1)	13.7 (4.0)	12.4 (4.2)	NA	12.1 (4.1)

値は平均値（標準偏差）

表 3 (続き). 実証フィールドごとの一次・二次エンドポイントの介入前値・後値または前値・一年後値

c) 過去対照群 (続き)

有効性評価項目	地域 (自治体)			
	自治体 J, n=168		自治体 G, n=477	
	2020 年	2021 年	2020 年	2021 年
	早朝尿を持参	早朝尿を持参	健診時尿	健診時尿
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	3.93 (2.26)	4.33 (3.36)	2.40 (1.31)	2.26 (1.32)
推定一日食塩摂取量, g/日	9.35 (2.27)	9.09 (2.35)	8.77 (2.22)	8.16 (1.87)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1560.38 (353.52)	1483.49 (333.83)	1759.68 (324.96)	1681.34 (298.1)
推定一日 K 摂取量, mg/日	2026.46 (459.12)	1926.6 (433.54)	2285.3 (422.02)	2183.56 (387.14)
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	125.3 (16.4)	126 (17.2)	123.5 (15)	123.4 (14.8)
拡張期血圧値, mmHg	74.9 (8.8)	73.9 (10.7)	73.8 (8.5)	72.2 (9.2)
体重, kg	58.1 (9.9)	57.3 (10.0)	57.7 (10.9)	57.2 (10.9)
LDL コレステロール値, mg/dL	124.2 (32.4)	123 (31.3)	125.1 (28.8)	122.7 (28.0)
HDL コレステロール値, mg/dL	71.6 (18.4)	63.2 (15.8)	71.4 (18.8)	64.4 (16.6)
中性脂肪値, mg/dL	109.6 (90.2)	112.4 (95.4)	93.8 (50)	97.0 (53.2)
血糖値, mg/dL	106 (18.6)	98.5 (15.7)	103.7 (16.9)	100.6 (14.1)
HbA1c 値, %	5.61 (0.59)	5.66 (0.53)	5.57 (0.47)	5.63 (0.42)
塩分チェックシート点数	12.6 (4.4)	11.7 (4.3)	12.2 (4.3)	11.8 (4.4)

値は平均値 (標準偏差)

表 4-1. 主解析結果：一次・二次エンドポイントに対する介入効果（単変量解析）（自治体 K を除外した分析結果）

有効性評価項目	介入効果	介入群, n=3717			対照群, n=3220		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
一次エンドポイント							
尿 Na/K 比	-0.14 (-0.26--0.01)*	3.73 (3.66-3.81)	3.71 (3.63-3.79)	-0.02 (-0.11-0.06)	3.56 (3.48-3.64)	3.67 (3.59-3.76)	0.11 (0.02-0.21)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.00 (-0.11-0.10)	8.84 (8.77-8.91)	8.75 (8.68-8.82)	-0.09 (-0.16--0.02)	8.99 (8.92-9.07)	8.91 (8.83-8.98)	-0.09 (-0.17--0.01)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	21.18 (6.08-36.27)†	1520.23 (1509.22-1531.24)	1508.25 (1497.48-1519.02)	-11.98 (-22.26-1.70)	1568.10 (1556.27-1579.93)	1534.97 (1523.39-1546.54)	-33.15 (-44.20--22.11)
推定一日 K 摂取量, mg/日	27.50 (7.90-47.10)†	1974.33 (1960.03-1988.63)	1958.77 (1944.78-1972.76)	-15.56 (-28.91-2.21)	2036.49 (2021.12-2051.85)	1993.46 (1978.43-2008.50)	-43.06 (-57.41--28.71)
二次エンドポイント							
収縮期血圧値, mmHg	1.3 (0.7-1.9)‡	124.6 (124.1-125.1)	123.7 (123.1-124.2)	-0.9 (-1.3--0.5)	123.2 (122.7-123.8)	121.0 (120.4-121.6)	-2.2 (-2.7--1.8)
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.5-1.3)‡	74.9 (74.5-75.3)	75.3 (74.9-75.6)	0.4 (0.1-0.6)	74.9 (74.6-75.3)	74.4 (74.0-74.8)	-0.5 (-0.8--0.2)
体重, kg	-0.2 (-0.3--0.1)‡	60.8 (60.4-61.2)	60.7 (60.3-61.1)	-0.1 (-0.2-0.0)	61.9 (61.4-62.3)	62.0 (61.5-62.4)	0.1 (0.0-0.2)
LDL コレステロール値, mg/dL	-0.1 (-1.0-0.9)	122.2 (121.2-123.2)	120.3 (119.3-121.2)	-1.9 (-2.5--1.3)	119.8 (118.7-120.8)	117.9 (116.9-118.9)	-1.8 (-2.5--1.2)
HDL コレステロール値, mg/dL	0.9 (0.5-1.2)‡	64.3 (63.8-64.8)	64.9 (64.3-65.4)	0.6 (0.3-0.8)	64.5 (63.9-65.1)	64.2 (63.6-64.8)	-0.3 (-0.6-0.0)
中性脂肪値, mg/dL	-1.5 (-5.0-2.0)	106.2 (103.7-108.8)	103.4 (101.0-105.8)	-2.8 (-5.2--0.4)	105.7 (102.9-108.5)	104.4 (101.8-107.0)	-1.3 (-3.9-1.3)
血糖値, mg/dL	-1.4 (-2.0--0.7)‡	98.5 (97.8-99.1)	98.8 (98.2-99.4)	-0.2 (-0.6-0.3)	95.5 (94.7-96.2)	96.5 (95.8-97.2)	1.2 (0.7-1.7)
HbA1c 値, %	-0.02 (-0.03--0.01)†	5.55 (5.53-5.57)	5.52 (5.50-5.54)	-0.02 (-0.03--0.01)	5.45 (5.43-5.47)	5.45 (5.43-5.47)	0.00 (-0.01-0.01)
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4--0.1)†	12.4 (12.3-12.6)	11.8 (11.7-12.0)	-0.6 (-0.7--0.5)	12.8 (12.7-13.0)	12.5 (12.3-12.6)	-0.4 (-0.5--0.2)

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。全て単変量解析。

表 4-2. 主解析結果：一次・二次エンドポイントに対する介入効果（多変量解析）（自治体 K を除外した分析結果）

有効性評価項目	介入効果	介入群, n=3382			対照群, n=3156		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
一次エンドポイント							
尿 Na/K 比	-0.18 (-0.32--0.05)†	3.66 (3.58-3.74)	3.61 (3.53-3.69)	-0.05 (-0.14-0.04)	3.61 (3.53-3.70)	3.75 (3.66-3.83)	0.13 (0.04-0.23)
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.02 (-0.13-0.10)	8.83 (8.77-8.90)	8.74 (8.67-8.81)	-0.09 (-0.17--0.02)	9.00 (8.93-9.07)	8.92 (8.85-8.99)	-0.08 (-0.16-0.00)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	24.64 (8.90-40.39)†	1530.71 (1519.70-1541.73)	1520.45 (1509.70-1531.21)	-10.26 (-20.87-0.36)	1559.91 (1548.14-1571.68)	1525.03 (1513.54-1536.52)	-34.90 (-46.24-23.56)
推定一日 K 摂取量, mg/日	32.00 (11.56-52.45)†	1987.94 (1973.63-2002.25)	1974.62 (1960.65-1988.58)	-13.32 (-27.11-0.46)	2025.85 (2010.57-2041.14)	1980.55 (1965.64-1995.47)	-45.33 (-60.05-30.6)
二次エンドポイント							
収縮期血圧値, mmHg	0.8 (0.2-1.4)*	123.7 (123.2-124.2)	122.6 (122.1-123.1)	-1.1 (-1.5--0.7)	124.4 (123.9-124.9)	122.5 (122.0-123.0)	-1.9 (-2.3--1.4)
拡張期血圧値, mmHg	0.8 (0.4-1.3)‡	74.4 (74.1-74.7)	74.8 (74.4-75.1)	0.4 (0.1-0.7)	75.4 (75.1-75.8)	75 (74.6-75.3)	-0.5 (-0.8--0.2)
体重, kg	-0.1 (-0.2-0.0)	61.2 (61.0-61.3)	61.1 (61.0-61.3)	0.0 (-0.1-0.0)	61.1 (60.9-61.2)	61.1 (60.9-61.3)	0.0 (-0.1-0.1)
LDL コレステロール値, mg/dL	0.6 (-0.3-1.6)	121.2 (120.3-122.2)	119.7 (118.7-120.6)	-1.6 (-2.2--0.9)	121.1 (120.1-122.1)	118.9 (117.9-119.9)	-2.2 (-2.9--1.5)
HDL コレステロール値, mg/dL	0.5 (0.2-0.9)†	64.0 (63.5-64.4)	64.4 (63.9-64.9)	0.4 (0.2-0.7)	65.0 (64.5-65.5)	64.9 (64.4-65.4)	-0.1 (-0.4-0.1)
中性脂肪値, mg/dL	-2.1 (-5.7-1.6)	106.5 (104.0-109.0)	103.4 (101.0-105.8)	-3.0 (-5.4--0.6)	106.4 (103.7-109.0)	105.4 (102.9-108.0)	-1.0 (-3.6-1.6)
血糖値, mg/dL	-1.3 (-2.0--0.6)‡	98.0 (97.4-98.5)	98.1 (97.6-98.6)	-0.1 (-0.6-0.3)	96.2 (95.6-96.8)	97.4 (96.8-97.9)	1.2 (0.7-1.7)
HbA1c 値, %	-0.03 (-0.04--0.02)‡	5.50 (5.49-5.52)	5.47 (5.46-5.49)	-0.03 (-0.04--0.02)	5.50 (5.49-5.52)	5.50 (5.49-5.52)	0.00 (-0.01-0.01)
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.4--0.1)†	12.5 (12.4-12.7)	11.9 (11.8-12.1)	-0.6 (-0.7--0.5)	12.6 (12.5-12.8)	12.3 (12.1-12.4)	-0.4 (-0.5--0.2)

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 4-3. 主解析結果：一次・二次エンドポイントに対する介入効果（採尿方法を調整した多変量解析）（自治体 K を除外した分析結果）

有効性評価項目	介入効果	介入群, n=3382			対照群, n=3156		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
一次エンドポイント							
尿 Na/K 比	-0.16 (-0.29--0.02)*	3.69 (3.61-3.76)	3.66 (3.58-3.74)	-0.03 (-0.12-0.06)	3.54 (3.45-3.62)	3.66 (3.58-3.75)	0.13 (0.03-0.22)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.01 (-0.10-0.12)	8.84 (8.77-8.91)	8.77 (8.70-8.84)	-0.07 (-0.15-0.00)	8.99 (8.92-9.06)	8.91 (8.84-8.98)	-0.08 (-0.16-0.00)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	24.47 (8.43-40.51)†	1530.32 (1519.86-1540.77)	1518.83 (1508.55-1529.12)	-11.47 (-22.45--0.49)	1572.63 (1561.79-1583.46)	1536.73 (1526.07-1547.39)	-35.94 (-47.33--24.56)
推定一日 K 摂取量, mg/日	31.78 (10.95-52.62)†	1987.43 (1973.85-2001.01)	1972.51 (1959.15-1985.86)	-14.90 (-29.16--0.64)	2042.37 (2028.30-2056.44)	1995.75 (1981.91-2009.60)	-46.68 (-61.46--31.90)
二次エンドポイント							
収縮期血圧値, mmHg	0.8 (0.1-1.4)*	123.2 (122.7-123.7)	122.0 (121.5-122.5)	-1.1 (-1.6--0.7)	124.3 (123.7-124.8)	122.4 (121.8-122.9)	-1.9 (-2.4--1.5)
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.4-1.3)‡	74.1 (73.8-74.5)	74.5 (74.2-74.9)	0.4 (0.1-0.7)	75.4 (75.0-75.8)	74.9 (74.6-75.3)	-0.5 (-0.8--0.2)
体重, kg	-0.1 (-0.2-0.0)	61.2 (61.0-61.3)	61.1 (60.9-61.3)	-0.1 (-0.1-0.0)	61.1 (61.0-61.3)	61.2 (61.0-61.4)	0.0 (0.0-0.1)
LDL コレステロール値, mg/dL	0.9 (-0.1-1.8)	120.9 (119.9-121.9)	119.6 (118.6-120.5)	-1.3 (-2.0--0.7)	120.9 (119.9-121.9)	118.8 (117.8-119.7)	-2.2 (-2.9--1.5)
HDL コレステロール値, mg/dL	0.6 (0.2-0.9)†	63.9 (63.4-64.4)	64.3 (63.8-64.8)	0.4 (0.2-0.7)	65.0 (64.5-65.5)	64.9 (64.4-65.4)	-0.1 (-0.4-0.1)
中性脂肪値, mg/dL	-1.8 (-5.5-1.9)	106.1 (103.6-108.7)	103.2 (100.7-105.6)	-2.9 (-5.4--0.4)	106.1 (103.5-108.8)	105.1 (102.5-107.6)	-1.1 (-3.7-1.5)
血糖値, mg/dL	-1.4 (-2.1--0.7)‡	97.8 (97.2-98.3)	97.9 (97.3-98.4)	-0.2 (-0.6-0.3)	96.2 (95.5-96.8)	97.4 (96.8-98.0)	1.2 (0.7-1.7)
HbA1c 値, %	-0.03 (-0.05--0.02)‡	5.50 (5.48-5.51)	5.46 (5.45-5.48)	-0.03 (-0.04--0.02)	5.50 (5.48-5.51)	5.49 (5.48-5.51)	0.00 (-0.01-0.01)
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.5--0.1)†	12.5 (12.4-12.7)	11.9 (11.7-12.0)	-0.6 (-0.7--0.5)	12.7 (12.5-12.8)	12.3 (12.2-12.5)	-0.3 (-0.5--0.2)

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往・採尿方法 [早朝尿を持参 vs. 健診時尿]）を調整。

表 4-4. 主解析結果：一次・二次エンドポイントに対する介入効果（多変量解析）（自治体 K を含む分析結果）

有効性評価項目	介入効果	介入群, n=3765			対照群, n=3156		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
一次エンドポイント							
尿 Na/K 比	-0.05 (-0.17-0.08)	3.62 (3.53-3.70)	3.59 (3.50-3.67)	-0.03 (-0.12-0.06)	3.61 (3.52-3.69)	3.74 (3.65-3.83)	0.13 (0.04-0.23)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.03 (-0.08-0.15)	8.84 (8.77-8.91)	8.76 (8.69-8.83)	-0.08 (-0.16-0.00)	9.00 (8.92-9.07)	8.92 (8.85-8.99)	-0.08 (-0.16-0.00)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-7.31 (-23.42-8.80)	1541.52 (1530.16-1552.88)	1529.22 (1518.15-1540.30)	-12.29 (-23.26-1.33)	1560.63 (1548.86-1572.40)	1525.59 (1514.11-1537.07)	-35.06 (-46.43-23.70)
推定一日 K 摂取量, mg/日	-9.49 (-30.42-11.43)	2001.97 (1987.22-2016.72)	1986.00 (1971.62-2000.38)	-15.97 (-30.21-1.73)	2026.79 (2011.50-2042.07)	1981.28 (1966.37-1996.19)	-45.53 (-60.29-30.77)
二次エンドポイント							
収縮期血圧値, mmHg	1.0 (0.4-1.6)†	123.2 (122.7-123.7)	122.0 (121.5-122.5)	-1.2 (-1.6--0.7)	124.2 (123.7-124.8)	122.3 (121.8-122.9)	-1.9 (-2.4--1.4)
拡張期血圧値, mmHg	0.8 (0.4-1.3)‡	74.1 (73.8-74.5)	74.5 (74.2-74.9)	0.4 (0.1-0.7)	75.4 (75.0-75.7)	74.9 (74.5-75.3)	-0.5 (-0.8--0.2)
体重, kg	0.0 (-0.2-0.1)	61.2 (61.0-61.3)	61.1 (61.0-61.3)	0.0 (-0.1-0.0)	61.1 (61.0-61.3)	61.2 (61.0-61.3)	0.0 (0.0-0.1)
LDL コレステロール値, mg/dL	0.9 (0.0-1.9)	120.9 (120.0-121.9)	119.6 (118.6-120.5)	-1.3 (-2.0--0.7)	120.9 (119.9-121.9)	118.8 (117.8-119.8)	-2.1 (-2.8--1.5)
HDL コレステロール値, mg/dL	0.6 (0.3-1.0)†	63.9 (63.4-64.4)	64.3 (63.8-64.8)	0.4 (0.2-0.7)	65.0 (64.5-65.5)	64.9 (64.3-65.4)	-0.1 (-0.4-0.1)
中性脂肪値, mg/dL	-2.2 (-5.8-1.4)	106.1 (103.6-108.7)	103.0 (100.6-105.4)	-3.0 (-5.6--0.5)	106.1 (103.5-108.8)	105.2 (102.7-107.8)	-0.9 (-3.5-1.7)
血糖値, mg/dL	-1.4 (-2.1--0.8)‡	97.8 (97.2-98.3)	98.0 (97.4-98.5)	-0.1 (-0.6-0.3)	96.1 (95.5-96.7)	97.3 (96.7-97.9)	1.2 (0.7-1.7)
HbA1c 値, %	-0.03 (-0.04--0.02)‡	5.49 (5.48-5.51)	5.46 (5.45-5.48)	-0.03 (-0.04--0.02)	5.50 (5.48-5.51)	5.50 (5.48-5.51)	0.00 (-0.01-0.01)
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4--0.1)†	12.5 (12.4-12.7)	11.9 (11.8-12.1)	-0.6 (-0.7--0.5)	12.6 (12.5-12.8)	12.3 (12.1-12.4)	-0.3 (-0.5--0.2)

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 5. 実証フィールドごとの介入効果（多変量解析）（自治体 K 除外）

有効性評価項目	実証フィールドごとの介入効果（地域、自治体）						
	自治体 A, n=213	自治体 C, n=179	自治体 D, n=195	自治体 E, n=164	自治体 F, n=556	自治体 I, n=451	自治体 G, n=668
一次エンドポイント							
尿 Na/K 比	-0.41 (-0.99-0.17)	-0.01 (-0.49-0.47)	0.30 (-0.22-0.82)	0.51 (-0.39-1.42)	0.34 (-0.45-1.13)	-0.48 (-0.88--0.07)*	-0.61 (-0.90--0.32)‡
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.55 (-0.99--0.12)*	-0.11 (-0.56-0.34)	0.15 (-0.18-0.48)	0.39 (-0.34-1.13)	0.27 (-0.29-0.84)	-0.14 (-0.44-0.17)	-0.36 (-0.62--0.10)†
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	9.24 (-54.54-73.02)	23.33 (-47.62-94.28)	-11.13 (-55.38-33.11)	50.84 (-48.80-150.47)	20.76 (-60.10-101.63)	57.35 (15.13-99.57)†	9.16 (-26.09-44.41)
推定一日 K 摂取量, mg/日	12.00 (-70.84-94.83)	30.30 (-61.85-122.44)	-14.46 (-71.92-43.00)	66.02 (-63.37-195.42)	26.96 (-78.05-131.98)	74.49 (19.65-129.32)†	11.90 (-33.88-57.68)
二次エンドポイント							
収縮期血圧値, mmHg	-1.5 (-4.0-1.0)	0.5 (-2.3-3.4)	2.3 (-0.1-4.8)	1.5 (-2.3-5.2)	0.2 (-3.9-4.3)	-2.2 (-4.1--0.3)*	0.0 (-1.5-1.5)
拡張期血圧値, mmHg	-0.2 (-1.9-1.5)	0.0 (-1.8-1.8)	0.6 (-0.9-2.1)	1.7 (-0.6-4.1)	1.8 (-0.5-4.1)	1.0 (-0.3-2.2)	-0.1 (-1.1-0.9)
体重, kg	-0.3 (-0.7-0.2)	-0.9 (-1.3--0.5)‡	0.1 (-0.3-0.4)	0.0 (-0.6-0.5)	-0.2 (-0.8-0.3)	-0.3 (-0.6--0.1)*	-0.3 (-0.5--0.1)†
LDL コレステロール値, mg/dL	-7.4 (-11.8--3.1)†	-6.9 (-11.4--2.4)†	-0.6 (-3.9-2.6)	2.8 (-3.3-8.9)	8.1 (3.0-13.2)†	7.8 (5.3-10.3)‡	0.4 (-1.8-2.6)
HDL コレステロール値, mg/dL	-1.5 (-3.1-0.1)	-2.7 (-4.4--1.0)†	-1.0 (-2.3-0.4)	3.8 (1.6-5.9)†	1.7 (-0.4-3.9)	0.9 (0.0-1.8)	1.5 (0.7-2.2)‡
中性脂肪値, mg/dL	5.1 (-5.4-15.6)	3.3 (-7.2-13.8)	0.4 (-7.2-8.0)	-7.3 (-28.9-14.2)	-4.1 (-17.6-9.3)	-1.5 (-14.4-11.4)	-6.7 (-16.7-3.2)
血糖値, mg/dL	-2.4 (-4.7--0.1)*	-1.8 (-4.1-0.5)	2.0 (0.0-3.9)*	-3.6 (-11.1-4.0)	-3.6 (-7.9-0.7)	-0.9 (-2.2-0.5)	-1.1 (-2.4-0.2)
HbA1c 値, %	-0.14 (-0.19--0.08)‡	-0.12 (-0.17--0.06)‡	-0.05 (-0.09-0.00)*	0.00 (-0.13-0.13)	-0.19 (-0.27--0.11)‡	-0.05 (-0.09--0.02)†	0.00 (-0.03-0.03)
塩分チェックシート点数	-0.1 (-0.9-0.6)	-0.8 (-1.8-0.3)	-0.4 (-1.0-0.1)	0.6 (-0.4-1.5)	0.8 (-0.1-1.6)	-0.5 (-0.9--0.1)*	-0.4 (-0.8-0.0)*

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値：

*<0.05, †<0.01, ‡<0.001。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

自治体 A（213 人 vs. 自治体 B 187 人）、自治体 C（179 人 vs. 自治体 B 187 人）、自治体 D（195 人 vs. 自治体 D 342 人）、自治体 E（164 人 vs. 自治体 E 64 人）、自治体 F（556 人 vs. 自治体 E 64 人）、自治体 I（451 人 vs. 自治体 H・自治体 J 715 人）、自治体 G（668 人 vs. 自治体 H・自治体 J 715 人）

表 5 (続き). 実証フィールドごとの介入効果 (多変量解析) (自治体 K 除外)

	実証フィールドごとの介入効果（職域）			異質性
有効性評価項目	L 社, n=938	M 社, n=113	N 社, n=110	P 値
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.04 (-0.23-0.14)	-0.18 (-0.65-0.28)	-0.09 (-0.62-0.44)	<0.001
推定一日食塩摂取量, g/日	0.14 (-0.04-0.33)	0.14 (-0.31-0.58)	0.32 (-0.15-0.79)	0.009
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	25.21 (-1.73-52.15)	58.37 (-8.43-125.18)	38.65 (-29.69-107.00)	0.037
推定一日 K 摂取量, mg/日	32.74 (-2.24-67.73)	75.81 (-10.95-162.57)	50.20 (-38.56-138.96)	0.037
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	1.2 (0.3-2.0)†	10.4 (8.4-12.4)‡	1.0 (-1.1-3.0)	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	1.2 (0.6-1.9)‡	8.3 (6.7-9.9)‡	1.0 (-0.6-2.6)	<0.001
体重, kg	0.3 (0.1-0.6)†	-0.1 (-0.6-0.4)	-0.5 (-1.0-0.0)	<0.001
LDL コレステロール値, mg/dL	0.9 (-0.6-2.3)	2.6 (-0.9-6.2)	-6.9 (-10.6--3.2)‡	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	0.1 (-0.5-0.7)	3.0 (1.6-4.4)‡	0.9 (-0.5-2.4)	<0.001
中性脂肪値, mg/dL	-2.9 (-8.9-3.2)	3.2 (-11.7-18.1)	13.6 (-1.9-29.2)	0.087
血糖値, mg/dL	-3.3 (-4.5--2.1)‡	NA	-2.8 (-5.1--0.5)*	0.004
HbA1c 値, %	-0.04 (-0.06--0.02)‡	0.00 (-0.04-0.05)	0.02 (-0.03-0.07)	<0.001
塩分チェックシート点数	-0.1 (-0.4-0.2)	0.3 (-0.4-0.9)	-0.6 (-1.3-0.1)	0.028

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値：
 *<0.05, [†]<0.01, [‡]<0.001。背景因子 (年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往) を調整。

M 社 (113 人 vs. L 社 1848 人)、N 社 (110 人 vs. L 社 1848 人)、L 社 (938 人、L 社 1848 人)

M 社の血糖値は 2022 年度が未測定であったため分析から除外した。

表 6. 介入手法ごとの介入効果（多変量解析）（自治体 K 除外）

有効性評価項目	尿 Na/K 比測定		保健指導 n=3382	ナトカリ手帳 アプリ n=2203	繰り返し尿 Na/K 比測定	
	ナトカリ計測定・ 健診当日返却 n=2016	検査機関測定・ 後日返却 n=3382			ナトカリ計測定 n=2065	郵送尿検査 n=1325
一次エンドポイント						
尿 Na/K 比	-0.23 (-0.38--0.09)†	-0.16 (-0.30--0.03)*	-0.16 (-0.30--0.03)*	-0.17 (-0.31--0.03)*	-0.21 (-0.36--0.06)†	0.04 (-0.17-0.25)
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.02 (-0.16-0.11)	0.00 (-0.11-0.11)	0.00 (-0.11-0.11)	0.00 (-0.13-0.12)	-0.04 (-0.17-0.10)	0.08 (-0.08-0.25)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	22.28 (2.88-41.68)*	22.77 (6.78-38.76)†	22.77 (6.78-38.76)†	17.56 (-0.39-35.51)	19.22 (-0.12-38.56)	20.43 (-4.06-44.92)
推定一日 K 摂取量, mg/日	28.93 (3.75-54.12)*	29.57 (8.80-50.33)†	29.57 (8.80-50.33)†	22.81 (-0.50-46.12)	24.96 (-0.15-50.08)	26.53 (-5.28-58.34)
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	1.3 (0.6-2.0)‡	0.7 (0.1-1.4)*	0.7 (0.1-1.4)*	1.5 (0.8-2.1)‡	0.5 (-0.2-1.2)	2.0 (1.1-3.0)‡
拡張期血圧値, mmHg	1.0 (0.5-1.5)‡	0.9 (0.4-1.3)†	0.9 (0.4-1.3)†	1.1 (0.6-1.5)‡	0.9 (0.4-1.5)‡	1.3 (0.7-1.9)‡
体重, kg	0.0 (-0.2-0.1)	-0.1 (-0.2-0.0)	-0.1 (-0.2-0.0)	0.0 (-0.1-0.1)	0.0 (-0.1-0.2)	-0.3 (-0.5--0.1)†
LDL コレステロール値, mg/dL	-0.3 (-1.4-0.8)	0.8 (-0.1-1.8)	0.8 (-0.1-1.8)	-0.2 (-1.3-0.8)	1.7 (0.6-2.8)†	-1.3 (-2.7-0.2)
HDL コレステロール値, mg/dL	0.6 (0.2-1.1)†	0.6 (0.2-0.9)†	0.6 (0.2-0.9)†	0.5 (0.1-0.9)*	0.7 (0.3-1.2)†	0.5 (-0.1-1.1)
中性脂肪値, mg/dL	-3.9 (-8.5-0.7)	-2.1 (-5.8-1.5)	-2.1 (-5.8-1.5)	-3.3 (-7.5-0.9)	-3.4 (-8.1-1.3)	1.7 (-3.3-6.7)
血糖値, mg/dL	-2.4 (-3.2--1.5)‡	-1.3 (-2.0--0.6)‡	-1.3 (-2.0--0.6)‡	-1.7 (-2.4--0.9)‡	-2.1 (-2.8--1.3)‡	-1.1 (-2.1--0.2)*
HbA1c 値, %	-0.03 (-0.04--0.01)‡	-0.03 (-0.05--0.02)‡	-0.03 (-0.05--0.02)‡	-0.03 (-0.04--0.01)‡	-0.04 (-0.06--0.03)‡	-0.03 (-0.05--0.01)†
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4-0.0)*	-0.3 (-0.4--0.1)†	-0.3 (-0.4--0.1)†	-0.2 (-0.4--0.1)*	-0.2 (-0.4-0.0)*	-0.3 (-0.6--0.1)*

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値：

*<0.05, †<0.01, ‡<0.001。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

健診当日の尿ナトカリ計による尿 Na/K 比測定：介入群 2016 人（自治体 A、自治体 C、自治体 G、M 社、N 社、L 社）vs. 対照群 2750 人（自治体 B、自治体 H、自治体 J、L 社）；健診機関で尿 Na/K 比測定・後日結果のフィードバック・保健指導：介入群 3382 人（全介入フィールド）、対照群 3156 人（全対照フィールド）；ナトカリ手帳アプリ：介入群 2203 人（自治体 C、自治体 D、自治体 G、L 社、M 社、N 社）、対照群 3092 人（自治体 B、自治体 D、自治体 H、自治体 J、L 社）；繰り返し尿 Na/K 比測定・ナトカリ計測定：介入群 2065 人（自治体 A、自治体 I、自治体 G、L 社）、対照群 2750 人（自治体 B、自治体 H、自治体 J、L 社）；繰り返し尿 Na/K 比測定・郵送尿検査：介入群 1325 人（自治体 A、自治体 C、自治体 D、自治体 E、自治体 F、M 社、N 社）、対照群 2441 人（自治体 B、自治体 D、自治体 E、L 社）；繰り返し保健指導：介入群 2175 人（自治体 A、自治体 I、自治体 G、N 社、L 社）、対照群 2750 人（自治体 B、自治体 H、自治体 J、L 社）

表 6 (続き). 介入手法ごとの介入効果 (多変量解析) (自治体 K 除外)

	繰り返し 個別指導 n=2175	異質性 P 値
有効性評価項目		
一次エンドポイント		
尿 Na/K 比	-0.21 (-0.36--0.06) [†]	0.502
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.02 (-0.16-0.11)	0.578
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	20.41 (1.42-39.41)*	0.409
推定一日 K 摂取量, mg/日	26.51 (1.85-51.18)*	0.409
二次エンドポイント		
収縮期血圧値, mmHg	0.4 (-0.3-1.1)	0.050
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.4-1.4) [†]	0.157
体重, kg	0.0 (-0.2-0.1)	0.009
LDL コレステロール値, mg/dL	1.2 (0.1-2.3)*	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	0.7 (0.3-1.1) [†]	0.028
中性脂肪値, mg/dL	-2.8 (-7.4-1.8)	0.383
血糖値, mg/dL	-2.1 (-2.9--1.3) [‡]	0.274
HbA1c 値, %	-0.04 (-0.05--0.02) [‡]	0.237
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.5--0.1)*	0.755

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値：
 *<0.05, [†]<0.01, [‡]<0.001。背景因子 (年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往) を調整。

表 7. 採尿方法別の介入効果（自治体 K は除外）

有効性評価項目	採尿方法		異質性 P 値
	早朝尿を持参 介入群/対照群 n=1597/1308	健診時尿 介入群/対照群 n=1785/1848	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.30 (-0.54--0.06)*	-0.06 (-0.22-0.10)	0.067
推定一日食塩摂取, g/日	-0.13 (-0.29-0.04)	0.11 (-0.06-0.27)	0.050
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	27.95 (3.98-51.93)*	21.45 (-1.94-44.84)	0.678
推定一日 K 摂取量, mg/日	36.30 (5.16-67.44)*	27.85 (-2.53-58.23)	0.678
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-1.6 (-2.6--0.5)†	1.9 (1.1-2.7)‡	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	0.0 (-0.7-0.7)	1.4 (0.8-2.0)‡	0.002
体重, kg	-0.3 (-0.5--0.2)‡	0.2 (0.0-0.4)*	<0.001
LDL コレステロール, mg/dL	1.7 (0.2-3.2)*	0.6 (-0.7-2.0)	0.254
HDL コレステロール, mg/dL	0.1 (-0.5-0.7)	0.8 (0.3-1.4)†	0.059
中性脂肪, mg/dL	-0.8 (-6.6-5.1)	-1.4 (-6.5-3.7)	0.769
血糖値, mg/dL	-0.4 (-1.4-0.5)	-2.9 (-4.0--1.8)‡	0.001
HbA1c, %	-0.05 (-0.08--0.03)‡	-0.03 (-0.05--0.01)†	0.078
塩分摂取量, g/日	-0.4 (-0.6--0.1)†	-0.1 (-0.3-0.2)	0.152

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値：
 *<0.05, †<0.01, ‡<0.001。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

早朝尿を持参したフィールド：自治体 B、自治体 A、自治体 D、自治体 F、自治体 E、自治体 I、自治体 H、自治体 J、M 社、N 社、O 社。

健診時に尿を採取したフィールド：自治体 C、自治体 G、L 社。

表 8. 性別ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	性別		異質性 P 値
	男性	女性	
	介入群/対照群 N=1842/1865	介入群/対照群 N=1540/1291	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.15 (-0.33-0.03)	-0.19 (-0.39-0.00)	0.957
推定一日食塩摂取量, g/日	0.01 (-0.15-0.16)	-0.02 (-0.18-0.14)	0.990
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	15.40 (-7.00-37.79)	34.50 (11.99-57.00)†	0.332
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	20.00 (-9.09-49.08)	44.80 (15.57-74.03)†	0.332
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.0 (0.1-1.8)*	0.4 (-0.6-1.4)	0.351
拡張期血圧値, mmHg	1.6 (1.1-2.2)‡	-0.2 (-0.8-0.5)	<0.001
体重, kg	-0.1 (-0.3-0.1)	-0.1 (-0.2-0.1)	0.644
LDL コレステロール, mg/dL	0.6 (-0.7-1.8)	1.2 (-0.3-2.6)	0.538
HDL コレステロール, mg/dL	0.6 (0.1-1.0)*	0.5 (0.0-1.1)	0.614
中性脂肪, mg/dL	-0.5 (-6.0-5.0)	-4.2 (-8.6-0.4)	0.299
血糖値, mg/dL	-2.4 (-3.5--1.3)‡	-0.6 (-1.3-0.1)	0.019
HbA1c, %	-0.04 (-0.06--0.02)‡	-0.02 (-0.04-0.00)*	0.111
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4-0.0)	-0.4 (-0.7--0.2)†	0.323

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。異質性 P 値：性別ごとの介入効果の関連について、「男性」グループと「女性」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 9. 年齢ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	年齢			異質性 P 値
	18-39 歳	40-64 歳	65-74 歳	
	介入群/対照群 N=713/ 1218	介入群/対照群 N=1062/966	介入群/対照群 N=1607/972	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.07 (-0.32-0.19)	-0.06 (-0.29-0.16)	-0.35 (-0.56--0.13)†	0.072
推定一日食塩摂取量, g/日	0.10 (-0.13-0.32)	0.15 (-0.04-0.34)	-0.24 (-0.42--0.06)†	0.004
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	27.00 (-6.34-60.35)	27.67 (0.61-54.73)*	16.23 (-8.13-40.59)	0.502
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	35.07 (-8.24-78.37)	35.94 (0.79-71.08)*	21.08 (-10.55-52.72)	0.502
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	1.1 (0.2-2.1)*	2.9 (1.8-4.0)‡	-1.5 (-2.6--0.3)*	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.2-1.7)*	1.7 (0.9-2.5)‡	0.2 (-0.6-0.9)	0.152
体重, kg	0.2 (0.0-0.5)	-0.1 (-0.3-0.1)	-0.3 (-0.4--0.1)‡	0.001
LDL コレステロール, mg/dL	0.6 (-1.0-2.2)	0.1 (-1.8-1.9)	1.6 (0.1-3.2)*	0.251
HDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-0.3-1.1)	0.9 (0.2-1.5)†	0.4 (-0.2-1.0)	0.812
中性脂肪, mg/dL	1.3 (-4.7-7.2)	1.5 (-6.7-9.7)	-5.7 (-10.7--0.7)*	0.095
血糖値, mg/dL	-2.9 (-4.1--1.7)‡	-2.4 (-3.6--1.2)‡	-0.3 (-1.2-0.6)	0.008
HbA1c, %	-0.04 (-0.05--0.02)‡	-0.04 (-0.06--0.01)†	-0.03 (-0.06--0.01)†	0.604
塩分チェックポイント点数	-0.1 (-0.5-0.2)	-0.2 (-0.5-0.1)	-0.5 (-0.7--0.2)†	0.239

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。異質性 P 値：年齢ごとの介入効果の関連について、「18-39 歳」、「40-64 歳」、「65-74 歳」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 10-1. 尿 Na/K 比（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	尿 Na/K 比				異質性 P 値
	第 1 四分位	第 2 四分位	第 3 四分位	第 4 四分位	
	介入群/対照群 N=800/ 774	介入群/対照群 N=864/ 760	介入群/対照群 N=808/ 838	介入群/対照群 N=910/ 784	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.32 (-0.49--0.15)‡	-0.42 (-0.63--0.21)‡	0.01 (-0.19-0.22)	0.00 (-0.33-0.34)	0.009
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.15 (-0.37-0.07)	-0.16 (-0.37-0.04)	0.08 (-0.13-0.29)	0.19 (-0.04-0.41)	0.001
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	33.77 (-0.21-67.74)	36.46 (4.06-68.87)*	10.40 (-19.67-40.47)	16.94 (-13.01-46.88)	0.468
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	43.85 (-0.27-87.97)	47.36 (5.27-89.44)*	13.51 (-25.54-52.56)	21.99 (-16.90-60.88)	0.468
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	1.5 (0.2-2.8)*	0.3 (-1.0-1.5)	1.2 (-0.1-2.5)	-0.1 (-1.4-1.3)	0.037
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.0-1.8)*	0.5 (-0.4-1.4)	1.4 (0.6-2.3)†	0.5 (-0.4-1.4)	0.367
体重, kg	0.0 (-0.3-0.2)	-0.1 (-0.3-0.1)	0.1 (-0.2-0.3)	-0.3 (-0.5--0.1)*	0.332
LDL コレステロール, mg/dL	0.0 (-2.1-2.0)	0.9 (-1.0-2.8)	1.3 (-0.6-3.2)	0.9 (-0.9-2.8)	0.624
HDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-0.3-1.2)	0.8 (0.0-1.5)*	0.5 (-0.2-1.3)	0.3 (-0.5-1.1)	0.293
中性脂肪, mg/dL	-1.2 (-7.2-4.8)	-2.4 (-8.5-3.8)	-4.9 (-14.3-4.4)	-0.1 (-7.4-7.3)	0.664
血糖値, mg/dL	-2.8 (-4.2--1.4)‡	-1.0 (-2.3-0.2)	-2.1 (-3.5--0.7)†	-0.2 (-1.4-1.0)	0.053
HbA1c, %	-0.06 (-0.09--0.03)‡	-0.03 (-0.05-0.00)	-0.03 (-0.05-0.00)*	-0.03 (-0.06--0.01)*	0.449
塩分チェックシート点数	-0.1 (-0.5-0.3)	-0.1 (-0.5-0.2)	-0.4 (-0.8--0.1)*	-0.4 (-0.7--0.1)*	0.071

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。異質性 P 値：尿 Na/K 比ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。介入前値または前値の尿 Na/K 比を用いて四分位に区分：第 1 四分位は 0～1.97、第 2 四分位は 1.97～2.98、第 3 四分位は 2.98～4.44、第 4 四分位は 4.44～31.8。

表 10-2. 尿 Na/K 比（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）：早朝尿を持参したフィールド

有効性評価項目	尿 Na/K 比				異質性 P 値
	第 1 四分位	第 2 四分位	第 3 四分位	第 4 四分位	
	介入群/対照群 N=352/388	介入群/対照群 N=398/326	介入群/対照群 N=415/305	介入群/対照群 N=432/289	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.51 (-0.87--0.15)†	0.09 (-0.23-0.42)	0.11 (-0.25-0.47)	0.19 (-0.40-0.79)	0.123
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.37 (-0.68--0.05)*	0.26 (-0.03-0.56)	0.06 (-0.25-0.36)	0.18 (-0.19-0.54)	0.026
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	21.65 (-31.77-75.08)	23.01 (-22.01-68.02)	3.64 (-39.78-47.07)	-8.89 (-53.41-35.63)	0.307
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	28.12 (-41.26-97.51)	29.88 (-28.58-88.34)	4.73 (-51.67-61.13)	-11.54 (-69.36-46.27)	0.307
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	-3.2 (-5.5--1.0)†	0.6 (-1.6-2.8)	-1.4 (-3.6-0.8)	-1.6 (-3.8-0.7)	0.436
拡張期血圧値, mmHg	-1.3 (-2.8-0.1)	2.1 (0.7-3.5)†	-0.8 (-2.2-0.6)	0.4 (-1.0-1.8)	0.386
体重, kg	-0.4 (-0.7--0.1)*	-0.2 (-0.5-0.1)	-0.1 (-0.4-0.2)	-0.6 (-0.9--0.3)‡	0.501
LDL コレステロール, mg/dL	0.9 (-2.2-4.1)	1.0 (-2.0-4.0)	2.9 (0.0-5.8)*	1.2 (-1.8-4.1)	0.691
HDL コレステロール, mg/dL	-0.4 (-1.5-0.7)	0.5 (-0.7-1.7)	0.7 (-0.4-1.9)	-0.5 (-1.7-0.8)	0.831
中性脂肪, mg/dL	-4.9 (-14.3-4.5)	1.9 (-13.3-17.1)	-4.5 (-15.8-6.8)	3.1 (-7.7-14.0)	0.383
血糖値, mg/dL	-2.1 (-4.3-0.0)	-1.6 (-3.5-0.3)	0.2 (-1.4-1.8)	0.0 (-1.6-1.6)	0.073
HbA1c, %	-0.09 (-0.14--0.05)‡	-0.08 (-0.12--0.03)†	-0.03 (-0.07-0.01)	-0.05 (-0.09--0.01)*	0.101
塩分チェックシート点数	-0.6 (-1.0--0.1)*	-0.2 (-0.7-0.3)	-0.2 (-0.7-0.3)	-0.4 (-0.9-0.2)	0.792

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。異質性 P 値：尿 Na/K 比ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の尿 Na/K 比を用いて四分位に区分：第 1 四分位 0~2.66、第 2 四分位 2.66~3.90、第 3 四分位 3.90~5.60、第 4 四分位 5.60~31.8 とした。早朝尿を持参したフィールド：自治体 B、自治体 A、自治体 D、自治体 F、自治体 E、自治体 I、自治体 H、自治体 J、M 社、N 社、O 社。

表 10-3. 尿 Na/K 比（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）：健診時に尿を採取したフィールド

有効性評価項目	尿 Na/K 比				異質性 P 値
	第 1 四分位	第 2 四分位	第 3 四分位	第 4 四分位	
	介入群/対照群 N=800/ 774	介入群/対照群 N=864/ 760	介入群/対照群 N=808/ 838	介入群/対照群 N=910/ 784	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	0.19 (0.00-0.39)	-0.07 (-0.27-0.12)	-0.15 (-0.43-0.13)	-0.12 (-0.53-0.29)	0.800
推定一日食塩摂取量, g/日	0.30 (0.00-0.61)	-0.11 (-0.39-0.17)	-0.01 (-0.33-0.31)	0.32 (-0.01-0.64)	0.573
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	7.93 (-40.03-55.90)	10.31 (-34.00-54.63)	7.52 (-38.88-53.93)	53.18 (5.82-100.54)*	0.619
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	10.30 (-51.99-72.59)	13.39 (-44.15-70.94)	9.77 (-50.49-70.04)	69.07 (7.56-130.57)*	0.619
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	2.3 (0.5-4.1)*	2.0 (0.4-3.6)*	1.3 (-0.3-3.0)	1.8 (0.2-3.4)*	0.031
拡張期血圧値, mmHg	1.6 (0.4-2.7)†	1.1 (-0.1-2.4)	1.4 (0.2-2.6)*	1.5 (0.3-2.7)*	0.417
体重, kg	0.3 (-0.1-0.6)	0.1 (-0.2-0.5)	0.3 (-0.1-0.6)	0.2 (-0.2-0.6)	0.986
LDL コレステロール, mg/dL	-0.4 (-3.4-2.6)	1.6 (-0.9-4.2)	0.8 (-1.9-3.4)	0.3 (-2.4-3.0)	0.336
HDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-0.7-1.5)	1.4 (0.4-2.4)†	1.0 (0.0-2.1)	0.5 (-0.6-1.6)	0.386
中性脂肪, mg/dL	9.2 (0.4-18.0)*	-4.0 (-12.1-4.2)	-10.9 (-23.1-1.2)	-0.3 (-11.3-10.8)	0.281
血糖値, mg/dL	-3.1 (-5.5--0.8)†	-1.8 (-3.3--0.3)*	-3.6 (-6.0--1.2)†	-2.6 (-5.0--0.2)*	0.832
HbA1c, %	-0.01 (-0.05-0.02)	-0.03 (-0.06-0.00)	0.00 (-0.03-0.04)	-0.03 (-0.07-0.00)*	0.766
塩分チェックシート点数	0.4 (-0.2-0.9)	0.1 (-0.5-0.6)	-0.5 (-1.0-0.0)	-0.2 (-0.7-0.3)	0.017

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。異質性 P 値：尿 Na/K 比ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の尿 Na/K 比を用いて四分位に区分：第 1 四分位 0~1.72、第 2 四分位 1.72~2.52、第 3 四分位 2.52~3.69、第 4 四分位 3.69~19.2 とした。健診時に尿を採取したフィールド：自治体 C、自治体 G、L 社。

表 11-1. 推定一日食塩摂取量（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	推定一日食塩摂取量				異質性 P 値
	第 1 四分位	第 2 四分位	第 3 四分位	第 4 四分位	
	介入群/対照群 N=818/ 770	介入群/対照群 N=896/ 747	介入群/対照群 N=854/ 810	介入群/対照群 N=814/ 829	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.15 (-0.37-0.07)	-0.13 (-0.34-0.08)	-0.37 (-0.62--0.12)†	-0.18 (-0.51-0.14)	0.367
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.15 (-0.35-0.04)	-0.08 (-0.26-0.09)	-0.19 (-0.36--0.01)*	0.13 (-0.10-0.37)	0.040
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	0.93 (-27.81-29.67)	10.36 (-20.03-40.75)	24.93 (-6.06-55.92)	35.30 (-0.14-70.74)	0.022
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	1.21 (-36.12-38.53)	13.46 (-26.01-52.93)	32.38 (-7.87-72.62)	45.84 (-0.18-91.87)	0.022
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	1.9 (0.6-3.1)†	1.7 (0.4-3.0)†	0.0 (-1.3-1.3)	-0.8 (-2.1-0.5)	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.1-1.8)*	1.5 (0.7-2.4)‡	0.8 (-0.1-1.7)	0.1 (-0.8-1.0)	0.048
体重, kg	-0.1 (-0.3-0.1)	0.2 (-0.1-0.4)	-0.1 (-0.3-0.2)	-0.3 (-0.6--0.1)*	0.090
LDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-1.5-2.4)	1.5 (-0.4-3.5)	0.6 (-1.3-2.5)	0.8 (-1.1-2.7)	0.761
HDL コレステロール, mg/dL	0.6 (-0.2-1.4)	0.6 (-0.1-1.3)	0.6 (-0.1-1.3)	0.3 (-0.4-1.1)	0.757
中性脂肪, mg/dL	-1.7 (-7.6-4.3)	3.2 (-2.5-8.8)	-3.9 (-11.4-3.6)	-5.9 (-15.5-3.8)	0.433
血糖値, mg/dL	-2.7 (-4.0--1.4)‡	-0.7 (-2.0-0.6)	-2.2 (-3.5--0.8)†	-0.4 (-1.8-0.9)	0.077
HbA1c, %	-0.06 (-0.08--0.04)‡	-0.02 (-0.04-0.00)	-0.05 (-0.08--0.02)†	-0.01 (-0.05-0.02)	0.065
塩分チェックシート点数	-0.1 (-0.5-0.3)	-0.2 (-0.5-0.2)	-0.4 (-0.7--0.1)*	-0.5 (-0.8--0.1)*	0.105

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。異質性 P 値：推定一日食塩摂取量ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の推定一日食塩摂取量を用いて四分位に区分：第 1 四分位は 0～7.46 g/日、第 2 四分位は 7.46～8.78 g/日、第 3 四分位は 8.78～10.18 g/日、第 4 四分位は 10.18～29.0 g/日。

表 11-2. 推定一日食塩摂取量（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）：早朝尿を持参したフィールド

有効性評価項目	推定一日食塩摂取量				異質性 P 値
	第 1 四分位 介入群/対照群 N=360/340	第 2 四分位 介入群/対照群 N=414/311	第 3 四分位 介入群/対照群 N=401/326	第 4 四分位 介入群/対照群 N=422/331	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.14 (-0.56-0.27)	-0.02 (-0.41-0.36)	-0.43 (-0.87-0.00)	-0.07 (-0.64-0.49)	0.408
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.28 (-0.57-0.01)	0.08 (-0.18-0.34)	-0.06 (-0.31-0.19)	0.33 (-0.02-0.68)	0.024
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-10.89 (-54.16-32.37)	33.36 (-14.35-81.07)	52.98 (7.50-98.45)*	57.96 (4.19-111.73)*	0.044
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	-14.15 (-70.33-42.04)	43.32 (-18.63-105.28)	68.80 (9.74-127.86)*	75.27 (5.44-145.10)*	0.044
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	-1.1 (-3.3-1.1)	0.9 (-1.3-3.0)	-1.9 (-4.1-0.4)	-3.4 (-5.6--1.2)†	0.058
拡張期血圧値, mmHg	0.5 (-1.0-1.9)	1.1 (-0.3-2.4)	-0.4 (-1.9-1.0)	-0.8 (-2.2-0.6)	0.081
体重, kg	-0.2 (-0.5-0.1)	0.1 (-0.2-0.4)	-0.5 (-0.8--0.1)†	-0.6 (-0.9--0.3)‡	0.045
LDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-2.4-3.8)	1.9 (-1.2-5.0)	2.2 (-0.8-5.2)	1.4 (-1.4-4.3)	0.608
HDL コレステロール, mg/dL	-0.2 (-1.4-1.1)	-0.1 (-1.3-1.1)	0.8 (-0.3-1.9)	-0.6 (-1.8-0.5)	0.807
中性脂肪, mg/dL	-2.4 (-11.3-6.4)	3.3 (-6.1-12.6)	0.0 (-9.6-9.6)	-1.6 (-18.6-15.4)	0.810
血糖値, mg/dL	-1.0 (-2.6-0.6)	-0.1 (-1.7-1.6)	-2.6 (-4.7--0.5)*	0.4 (-1.5-2.3)	0.309
HbA1c, %	-0.07 (-0.11--0.04)‡	-0.04 (-0.08--0.01)*	-0.10 (-0.15--0.05)‡	-0.03 (-0.08-0.02)	0.106
塩分チェックシート点数	-0.5 (-1.0-0.0)	-0.1 (-0.6-0.4)	-0.3 (-0.9-0.2)	-0.5 (-1.0-0.0)	0.743

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。異質性 P 値：推定一日食塩摂取量ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の推定一日食塩摂取量を用いて四分位に区分：第 1 四分位 0～7.54 g/日、第 2 四分位 7.54～8.78 g/日、第 3 四分位 8.78～10.18 g/日、第 4 四分位 10.18～29.0 g/日とした。早朝尿を持参したフィールド：自治体 B、自治体 A、自治体 D、自治体 F、自治体 E、自治体 I、自治体 H、自治体 J、M 社、N 社、O 社。

表 11-3. 推定一日食塩摂取量（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）：健診時に尿を採取したフィールド

有効性評価項目	推定一日食塩摂取量				異質性 P 値
	第 1 四分位 介入群/対照群 N=479/450	第 2 四分位 介入群/対照群 N=476/432	第 3 四分位 介入群/対照群 N=438/468	第 4 四分位 介入群/対照群 N=392/498	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	0.14 (-0.13-0.40)	0.03 (-0.22-0.29)	-0.31 (-0.61-0.00)*	-0.15 (-0.52-0.21)	0.717
推定一日食塩摂取量, g/日	0.30 (0.00-0.59)*	0.12 (-0.14-0.38)	-0.17 (-0.43-0.09)	0.01 (-0.32-0.34)	0.810
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	27.68 (-16.38-71.73)	17.72 (-27.09-62.53)	16.38 (-28.43-61.19)	9.71 (-40.51-59.94)	0.415
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	35.94 (-21.27-93.16)	23.01 (-35.18-81.20)	21.28 (-36.92-79.47)	12.62 (-52.61-77.85)	0.415
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	3.1 (1.4-4.8)‡	2.4 (0.6-4.1)†	0.4 (-1.1-2.0)	1.6 (0.0-3.2)*	0.008
拡張期血圧値, mmHg	1.3 (0.1-2.5)*	2.0 (0.8-3.3)†	1.2 (0.0-2.4)	1.2 (0.0-2.4)*	0.580
体重, kg	0.3 (-0.1-0.6)	0.3 (0.0-0.7)	0.2 (-0.1-0.5)	0.0 (-0.4-0.4)	0.436
LDL コレステロール, mg/dL	1.1 (-1.7-3.9)	1.1 (-1.7-3.9)	-0.5 (-3.1-2.2)	0.8 (-1.9-3.5)	0.246
HDL コレステロール, mg/dL	1.2 (0.0-2.3)*	1.2 (0.2-2.2)*	0.0 (-1.0-1.0)	1.2 (0.1-2.3)*	0.909
中性脂肪, mg/dL	0.1 (-9.0-9.2)	7.5 (-0.4-15.4)	-7.9 (-19.8-4.1)	-4.5 (-15.7-6.7)	0.243
血糖値, mg/dL	-4.2 (-6.5--1.9)‡	-2.7 (-5.0--0.4)*	-2.6 (-4.3--0.8)†	-2.2 (-4.3-0.0)*	0.131
HbA1c, %	-0.04 (-0.08--0.01)*	-0.01 (-0.05-0.02)	-0.02 (-0.06-0.01)	0.00 (-0.04-0.03)	0.057
塩分チェックシート点数	0.7 (0.1-1.2)*	-0.3 (-0.8-0.3)	-0.4 (-0.9-0.1)	-0.2 (-0.7-0.4)	0.030

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。異質性 P 値：推定一日食塩摂取量ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の推定一日食塩摂取量を用いて四分位に区分：第 1 四分位 0～7.46 g/日、第 2 四分位 7.46～8.82 g/日、第 3 四分位 8.82～10.18 g/日、第 4 四分位 10.18～18.5 g/日とした。健診時に尿を採取したフィールド：自治体 C、自治体 G、L 社。

表 12-1. 推定一日 K 摂取量（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	推定一日 K 摂取量				異質性 P 値
	第 1 四分位 介入群/対照群 N=911/738	第 2 四分位 介入群/対照群 N=856/ 837	第 3 四分位 介入群/対照群 N=845/ 809	第 4 四分位 介入群/対照群 N=770/ 772	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.02 (-0.37-0.34)	-0.08 (-0.32-0.17)	-0.12 (-0.35-0.10)	-0.38 (-0.57--0.19)‡	0.105
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.06 (-0.26-0.15)	-0.01 (-0.22-0.21)	-0.07 (-0.29-0.15)	0.05 (-0.20-0.30)	0.464
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-25.01 (-50.26-0.24)	14.24 (-11.50-39.98)	3.49 (-24.72-31.71)	75.36 (40.04-110.67)‡	<0.001
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	-32.48 (-65.28-0.31)	18.49 (-14.94-51.92)	4.53 (-32.11-41.18)	97.87 (52.01-143.73)‡	<0.001
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	1.3 (0.0-2.6)*	0.7 (-0.5-2.0)	-0.2 (-1.6-1.1)	0.9 (-0.4-2.2)	0.603
拡張期血圧値, mmHg	1.7 (0.8-2.5)‡	0.6 (-0.3-1.4)	0.1 (-0.8-1.0)	1.0 (0.1-1.9)*	0.246
体重, kg	-0.2 (-0.5-0.0)*	0.1 (-0.2-0.3)	-0.1 (-0.3-0.2)	0.0 (-0.3-0.2)	0.364
LDL コレステロール, mg/dL	0.5 (-1.5-2.4)	2.2 (0.4-4.1)*	0.7 (-1.3-2.7)	0.1 (-1.9-2.1)	0.523
HDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-0.1-1.5)	0.0 (-0.7-0.7)	0.6 (-0.2-1.3)	0.7 (-0.1-1.4)	0.299
中性脂肪, mg/dL	4.2 (-2.3-10.7)	-5.2 (-11.3-0.9)	-9.1 (-16.5--1.7)*	0.9 (-8.6-10.5)	0.441
血糖値, mg/dL	-0.5 (-1.7-0.8)	-1.9 (-3.1--0.7)†	-1.7 (-3.2--0.3)*	-2.3 (-3.6--0.9)†	0.142
HbA1c, %	-0.03 (-0.05--0.01)*	-0.06 (-0.08--0.03)‡	-0.03 (-0.06--0.01)*	-0.02 (-0.05-0.02)	0.077
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.6-0.1)	-0.3 (-0.7-0.0)	-0.4 (-0.8--0.1)*	-0.2 (-0.6-0.2)	0.962

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値 : * < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値 : 推定一日 K 摂取量ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の推定一日 K 摂取量を用いて四分位に区分 : 第 1 四分位は 0~1697.28 mg/日、第 2 四分位は 1697.28~1987.25 mg/日、第 3 四分位は 1987.25~2328.39 mg/日、第 4 四分位は 2328.39~4303.64 mg/日。

表 12-2. 推定一日 K 摂取量（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）：早朝尿を持参したフィールド

有効性評価項目	推定一日 K 摂取量				異質性 P 値
	第 1 四分位 介入群/対照群 N=911/738	第 2 四分位 介入群/対照群 N=856/ 837	第 3 四分位 介入群/対照群 N=845/ 809	第 4 四分位 介入群/対照群 N=770/ 772	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.28 (-0.90-0.34)	-0.03 (-0.50-0.44)	-0.26 (-0.68-0.15)	-0.30 (-0.69-0.08)	0.899
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.36 (-0.67--0.05)*	0.15 (-0.16-0.46)	-0.36 (-0.69--0.03)*	-0.04 (-0.40-0.33)	0.580
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-37.53 (-77.65-2.58)	20.82 (-15.92-57.57)	-19.83 (-55.92-16.25)	74.84 (23.23-126.44)†	0.004
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	-48.75 (-100.84-3.35)	27.04 (-20.68-74.76)	-25.76 (-72.62-21.11)	97.19 (30.17-164.20)†	0.004
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	0.1 (-2.1-2.3)	-0.8 (-3.0-1.4)	-1.5 (-3.6-0.7)	-3.5 (-5.7--1.2)†	0.015
拡張期血圧値, mmHg	1.3 (-0.1-2.7)	0.6 (-0.8-2.0)	0.0 (-1.3-1.4)	-1.5 (-3.0-0.0)	0.004
体重, kg	-0.4 (-0.7-0.0)*	-0.2 (-0.5-0.1)	-0.2 (-0.5-0.1)	-0.5 (-0.9--0.2)†	0.564
LDL コレステロール, mg/dL	0.5 (-2.7-3.7)	2.2 (-0.8-5.2)	2.4 (-0.4-5.2)	1.3 (-1.7-4.3)	0.697
HDL コレステロール, mg/dL	0.5 (-0.9-2.0)	0.7 (-0.4-1.9)	-0.6 (-1.7-0.4)	-0.2 (-1.2-0.9)	0.191
中性脂肪, mg/dL	6.1 (-5.7-17.9)	-3.3 (-11.1-4.5)	-5.7 (-13.4-1.9)	-3.0 (-19.9-13.9)	0.179
血糖値, mg/dL	0.4 (-1.2-2.1)	0.0 (-1.4-1.3)	-2.3 (-4.1--0.4)*	-1.2 (-3.4-1.0)	0.078
HbA1c, %	-0.02 (-0.06-0.01)	-0.08 (-0.12--0.04)‡	-0.07 (-0.12--0.03)†	-0.07 (-0.13--0.02)†	0.271
塩分チェックシート点数	-0.1 (-0.7-0.4)	-0.5 (-1.0-0.0)*	-0.6 (-1.1--0.1)*	-0.2 (-0.7-0.3)	0.734

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

異質性 P 値：推定一日 K 摂取量ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の推定一日 K 摂取量を用いて四分位に区分：第 1 四分位 0～1538.83 mg/日、第 2 四分位 1538.83～1771.71 mg/日、第 3 四分位 1771.71～2044.47 mg/日、第 4 四分位 2044.47～3914.87 mg/日とした。早朝尿を持参したフィールド：自治体 B、自治体 A、自治体 D、自治体 F、自治体 E、自治体 I、自治体 H、自治体 J、M 社、N 社、O 社。

表 12-3. 推定一日 K 摂取量（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）：健診時に尿を採取したフィールド

有効性評価項目	推定一日 K 摂取量				異質性 P 値
	第 1 四分位 介入群/対照群 N=911/738	第 2 四分位 介入群/対照群 N=856/ 837	第 3 四分位 介入群/対照群 N=845/ 809	第 4 四分位 介入群/対照群 N=770/ 772	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	0.13 (-0.29-0.56)	-0.19 (-0.49-0.11)	-0.04 (-0.28-0.21)	0.02 (-0.20-0.23)	0.105
推定一日食塩摂取量, g/日	0.29 (-0.03-0.60)	-0.11 (-0.43-0.22)	-0.06 (-0.38-0.26)	0.10 (-0.23-0.43)	0.849
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	10.82 (-28.03-49.67)	14.92 (-25.22-55.05)	-15.67 (-56.77-25.43)	4.39 (-40.79-49.56)	0.104
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	14.05 (-36.41-64.51)	19.37 (-32.75-71.49)	-20.35 (-73.73-33.03)	5.70 (-52.97-64.37)	0.104
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	2.7 (1.2-4.3)†	0.6 (-1.1-2.4)	2.1 (0.4-3.8)*	1.8 (0.1-3.4)*	0.471
拡張期血圧値, mmHg	1.6 (0.4-2.7)†	0.9 (-0.4-2.2)	1.6 (0.4-2.8)*	1.7 (0.6-2.9)†	0.894
体重, kg	0.3 (-0.1-0.7)	0.3 (-0.1-0.6)	0.0 (-0.4-0.4)	0.3 (-0.1-0.6)	0.659
LDL コレステロール, mg/dL	0.3 (-2.3-2.9)	1.8 (-0.9-4.5)	2.1 (-0.9-5.1)	-1.3 (-3.9-1.4)	0.819
HDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-0.4-1.8)	0.8 (-0.3-1.8)	1.3 (0.2-2.3)*	0.5 (-0.6-1.5)	0.157
中性脂肪, mg/dL	1.9 (-7.2-10.9)	-10.2 (-20.7-0.3)	0.9 (-11.1-12.9)	1.1 (-8.1-10.3)	0.831
血糖値, mg/dL	-4.8 (-7.8--1.8)†	-3.0 (-4.9--1.2)†	-2.6 (-4.9--0.3)*	-2.6 (-4.3--0.9)†	0.154
HbA1c, %	-0.03 (-0.06-0.00)	-0.06 (-0.09--0.02)†	-0.03 (-0.06-0.01)	0.02 (-0.02-0.06)	0.055
塩分チェックシート点数	0.3 (-0.2-0.8)	0.3 (-0.3-0.8)	-0.6 (-1.1--0.1)*	-0.1 (-0.7-0.4)	0.312

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：推定一日 K 摂取量ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の推定一日 K 摂取量を用いて四分位に区分：第 1 四分位 0～1862.17mg/日、第 2 四分位 1862.17～2137.14 mg/日、第 3 四分位 2137.14～2424.33 mg/日、第 4 四分位 2424.33～4303.64mg/日とした。健診時に尿を採取したフィールド：自治体 C、自治体 G、L 社。

表 13. 塩分チェックシート点数（四分位）ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	塩分チェックシート点数				異質性 P 値
	第 1 四分位 介入群/対照群 N=805/665	第 2 四分位 介入群/対照群 N=580/476	第 3 四分位 介入群/対照群 N=840/809	第 4 四分位 介入群/対照群 N=947/981	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.07 (-0.32-0.18)	-0.20 (-0.53-0.13)	-0.48 (-0.75--0.20)†	0.01 (-0.25-0.28)	0.900
推定一日食塩摂取量, g/日	0.03 (-0.19-0.26)	0.11 (-0.18-0.39)	-0.36 (-0.58--0.14)†	0.20 (-0.03-0.42)	0.917
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	17.79 (-14.75-50.33)	48.64 (9.75-87.53)*	-2.51 (-34.98-29.96)	32.51 (1.91-63.10)*	0.982
推定一日推定一日 K 摂取量, mg/日	23.11 (-19.15-65.37)	63.17 (12.67-113.68)*	-3.26 (-45.43-38.90)	42.21 (2.48-81.94)*	0.982
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	0.8 (-0.6-2.2)	0.4 (-1.2-2.0)	0.2 (-1.2-1.5)	1.1 (-0.1-2.2)	0.863
拡張期血圧値, mmHg	1.3 (0.4-2.3)†	1.0 (-0.2-2.1)	0.5 (-0.4-1.4)	1.0 (0.2-1.8)*	0.484
体重, kg	-0.2 (-0.4-0.0)*	-0.1 (-0.4-0.2)	0.1 (-0.1-0.3)	-0.1 (-0.3-0.2)	0.465
LDL コレステロール, mg/dL	1.2 (-0.8-3.2)	-0.7 (-3.0-1.6)	2.9 (0.9-4.8)†	1.2 (-0.5-3.0)	0.525
HDL コレステロール, mg/dL	1.5 (0.7-2.3)‡	0.7 (-0.3-1.6)	-0.1 (-0.8-0.6)	0.7 (0.0-1.3)	0.066
中性脂肪, mg/dL	-8.5 (-18.0-0.9)	-6.1 (-12.5-0.4)	-1.0 (-7.9-5.8)	2.9 (-4.3-10.1)	0.065
血糖値, mg/dL	-0.9 (-2.1-0.3)	-1.5 (-3.1-0.0)*	-1.7 (-3.0--0.3)*	-1.3 (-2.4--0.1)*	0.766
HbA1c, %	-0.04 (-0.06--0.01)†	-0.02 (-0.05-0.01)	-0.03 (-0.06-0.00)*	-0.03 (-0.05-0.00)*	0.479
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.6-0.0)*	-0.2 (-0.6-0.1)	-0.2 (-0.5-0.1)	-0.4 (-0.7--0.1)*	0.922

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：塩分チェックシート点数ごとの介入効果の関連について、「第 1 四分位」、「第 2 四分位」、「第 3 四分位」、「第 4 四分位」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の塩分チェックシート点数を用いて四分位に区分：塩分チェックシート点数の第 1 四分位は 0～10 点、第 2 四分位は 10～12 点、第 3 四分位は 12～15 点、第 4 四分位は 15～35 点。

表 14. 地域・職域ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	地域・職域		異質性 P 値
	地域	職域	
	介入群/対照群 n=2221/1308	介入群/対照群 =1161/1848	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.29 (-0.49--0.10)†	-0.05 (-0.24-0.14)	0.073
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.18 (-0.34--0.03)*	0.16 (-0.01-0.34)	0.002
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	14.80 (-6.31-35.90)	29.84 (4.51-55.17)*	0.381
推定一日カリウム摂取量, mg/日	19.22 (-8.19-46.62)	38.76 (5.86-71.65)*	0.381
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-0.7 (-1.7-0.3)	2.0 (1.2-2.8)‡	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	0.2 (-0.5-0.8)	1.8 (1.2-2.4)‡	<0.001
体重, kg	-0.3 (-0.5--0.2)‡	0.2 (0.0-0.4)*	<0.001
LDL コレステロール, mg/dL	1.3 (0.0-2.7)	0.4 (-1.0-1.8)	0.292
HDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-0.1-1.0)	0.4 (-0.1-1.0)	0.893
中性脂肪, mg/dL	-1.8 (-6.9-3.2)	-1.1 (-6.7-4.5)	0.878
血糖値, mg/dL	-0.6 (-1.5-0.2)	-3.2 (-4.4--2.0)‡	0.001
HbA1c, %	-0.05 (-0.07--0.03)‡	-0.03 (-0.04--0.01)†	0.185
塩分チェックシート点数	-0.4 (-0.6--0.2)†	-0.1 (-0.4-0.2)	0.131

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：地域・職域ごとの介入効果の関連について、「地域」グループと「職域」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 15. 北海道・本州・九州ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	北海道・本州・九州			異質性 P 値
	北海道	本州	九州	
	介入群/対照群 n=213/187	介入群/対照群 n=1535/2190	介入群/対照群 n=1839/779	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.41 (-0.99-0.17)	0.00 (-0.17-0.16)	-0.55 (-0.80--0.31)‡	0.006
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.55 (-0.99--0.12)*	0.16 (0.01-0.30)*	-0.24 (-0.44--0.05)*	0.196
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	9.24 (-54.54-73.02)	23.52 (2.08-44.97)*	38.05 (11.31-64.78)†	0.218
推定一日カリウム摂取量, mg/日	12.00 (-70.84-94.83)	30.55 (2.70-58.40)*	49.41 (14.69-84.13)†	0.218
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-1.5 (-4.0-1.0)	2.3 (1.5-3.0)‡	-1.8 (-3.0--0.5)†	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	-0.2 (-1.9-1.5)	1.6 (1.1-2.2)‡	-0.4 (-1.2-0.4)	0.006
体重, kg	-0.3 (-0.7-0.2)	0.2 (0.0-0.3)	-0.4 (-0.6--0.2)‡	0.003
LDL コレステロール, mg/dL	-7.4 (-11.8--3.1)†	0.0 (-1.3-1.2)	2.3 (0.6-4.0)†	<0.001
HDL コレステロール, mg/dL	-1.5 (-3.1-0.1)	0.2 (-0.3-0.7)	0.8 (0.2-1.5)*	0.002
中性脂肪, mg/dL	5.1 (-5.4-15.6)	-1.5 (-6.2-3.1)	-4.2 (-11.0-2.7)	0.395
血糖値, mg/dL	-2.4 (-4.7--0.1)*	-1.7 (-2.7--0.8)‡	-1.2 (-2.2--0.2)*	0.165
HbA1c, %	-0.14 (-0.19--0.08)‡	-0.02 (-0.04--0.01)†	-0.03 (-0.06--0.01)*	0.010
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.9-0.6)	-0.2 (-0.4-0.0)	-0.4 (-0.7--0.1)*	0.375

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：北海道・本州・九州ごとの介入効果の関連について、「北海道」、「本州」、「九州」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

北海道は、自治体 A と自治体 B を、本州は、自治体 C、自治体 D および L 社を、九州は、自治体 E、自治体 F、自治体 G、自治体 I、自治体 H および自治体 J と区分した。

表 16. 喫煙習慣有無別の介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	喫煙習慣		異質性 P 値
	なし	あり	
	介入群/対照群 n=2873/2540	介入群/対照群 n=509/616	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.18 (-0.33--0.04)*	-0.05 (-0.37-0.27)	0.449
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.06 (-0.18-0.06)	0.29 (0.00-0.58)	0.014
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	18.80 (1.61-36.00)*	40.96 (-1.58-83.49)	0.243
推定一日カリウム摂取量, mg/日	24.42 (2.09-46.75)*	53.19 (-2.05-108.43)	0.243
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.7 (0.0-1.4)	1.1 (-0.5-2.7)	0.575
拡張期血圧値, mmHg	0.8 (0.3-1.2)†	1.3 (0.2-2.4)*	0.316
体重, kg	-0.1 (-0.2-0.0)	0.1 (-0.3-0.4)	0.245
LDL コレステロール, mg/dL	0.8 (-0.2-1.9)	0.7 (-1.6-3.0)	0.970
HDL コレステロール, mg/dL	0.6 (0.2-1.0)†	0.4 (-0.6-1.3)	0.586
中性脂肪, mg/dL	-2.4 (-5.6-0.9)	-1.6 (-16.1-12.9)	0.510
血糖値, mg/dL	-1.2 (-1.9--0.5)†	-2.9 (-4.7--1.0)†	0.118
HbA1c, %	-0.03 (-0.05--0.02)‡	-0.05 (-0.08--0.01)*	0.697
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.4--0.1)*	-0.4 (-0.8-0.0)	0.537

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：喫煙習慣ごとの介入効果の関連について、「なし」グループと「あり」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

喫煙ありについては、2021 年度の問診票 8「最近 1 か月間、タバコを習慣的に吸っていますか」において「はい」と回答した者を、喫煙なしについては、同質問を「いいえ」と回答した者とした。

表 17. 飲酒習慣ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	飲酒習慣				異質性 P 値
	飲まない	1 合未満	1～2 合	2 合以上	
	介入群/対照群 n=1539/1528	介入群/対照群 n=949/719	介入群/対照群 n=639/630	介入群/対照群 n=254/278	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.07 (-0.27-0.12)	-0.24 (-0.50-0.01)	-0.23 (-0.54-0.08)	-0.36 (-0.84-0.12)	0.255
推定一日食塩摂取量, g/日	0.04 (-0.12-0.21)	-0.12 (-0.34-0.10)	-0.09 (-0.35-0.17)	0.28 (-0.13-0.70)	0.864
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	19.91 (-2.74-42.56)	15.72 (-15.71-47.15)	22.91 (-15.44-61.25)	76.23 (15.25-137.22)*	0.175
推定一日カリウム摂取量, mg/日	25.86 (-3.56-55.27)	20.41 (-20.41-61.24)	29.75 (-20.05-79.55)	99.00 (19.80-178.21)*	0.175
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	1.1 (0.1-2.0)*	-0.1 (-1.4-1.2)	0.8 (-0.6-2.2)	1.3 (-0.9-3.6)	0.831
拡張期血圧値, mmHg	0.8 (0.2-1.4)*	0.4 (-0.5-1.2)	1.4 (0.4-2.5)†	1.3 (-0.2-2.8)	0.388
体重, kg	-0.1 (-0.2-0.1)	-0.1 (-0.3-0.1)	-0.2 (-0.5-0.1)	0.1 (-0.3-0.5)	0.936
LDL コレステロール, mg/dL	0.9 (-0.5-2.3)	1.1 (-0.7-2.9)	1.0 (-1.1-3.1)	-1.0 (-4.5-2.6)	0.596
HDL コレステロール, mg/dL	0.5 (-0.1-1.0)	0.8 (0.1-1.5)*	1.0 (0.1-1.8)*	-0.5 (-2.2-1.2)	0.695
中性脂肪, mg/dL	-0.3 (-5.1-4.4)	-5.7 (-12.0-0.5)	-6.5 (-14.7-1.7)	8.3 (-14.5-31.1)	0.845
血糖値, mg/dL	-1.1 (-2.0--0.2)*	-1.5 (-2.6--0.3)*	-2.8 (-4.5--1.0)†	0.0 (-2.6-2.6)	0.490
HbA1c, %	-0.03 (-0.05--0.01)†	-0.03 (-0.05-0.00)*	-0.04 (-0.07--0.01)†	-0.03 (-0.07-0.02)	0.916
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.5-0.0)	-0.1 (-0.5-0.2)	-0.5 (-0.9--0.1)*	-0.6 (-1.2-0.1)	0.370

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：飲酒習慣ごとの介入効果の関連について、「飲まない」、「1 合未満」、「1～2 合」、「2 合以上」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

飲まないは、2021 年度の間診票 18 「お酒は飲みますか」において、「ほとんど飲まない」と回答した者を、1 合未満は、間診票 18 において、「毎日/時々」と回答し、2021 年度の間診票 19 「毎日飲む、時々飲む方は、一日に飲む量はどのくらいですか」において、「1 合未満」と回答した者を、1～2 合は、間診票 18 において、「毎日/時々」と回答し、間診票 19 において、「1～2 合」と回答した者を、2 合以上は、間診票 18 において、「毎日/時々」と回答し、間診票 19 において、「2 合～3 合/3 合以上」と回答した者とした。

表 18. 体格ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	体格			異質性 P 値
	やせ	普通	肥満	
	介入群/対照群 n=263/255	介入群/対照群 n=2309/2167	介入群/対照群 n=810/734	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.43 (-0.91-0.06)	-0.21 (-0.37--0.05)†	0.07 (-0.22-0.36)	0.020
推定一日食塩摂取量, g/日	0.01 (-0.36-0.37)	-0.10 (-0.23-0.03)	0.25 (0.00-0.51)	0.087
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	49.95 (-3.08-102.98)	21.21 (1.86-40.57)*	12.75 (-20.87-46.37)	0.173
推定一日カリウム摂取量, mg/日	64.87 (-4.00-133.74)	27.55 (2.41-52.69)*	16.56 (-27.10-60.22)	0.173
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	2.1 (0.0-4.2)	0.9 (0.1-1.7)*	-0.1 (-1.5-1.2)	0.121
拡張期血圧値, mmHg	0.2 (-1.3-1.6)	1.1 (0.6-1.6)‡	0.3 (-0.6-1.3)	0.573
体重, kg	-0.1 (-0.4-0.2)	-0.1 (-0.2-0.1)	-0.1 (-0.4-0.2)	0.537
LDL コレステロール, mg/dL	1.4 (-1.6-4.4)	0.6 (-0.5-1.7)	1.0 (-1.2-3.2)	0.960
HDL コレステロール, mg/dL	1.3 (-0.2-2.8)	0.5 (0.1-1.0)*	0.3 (-0.4-1.0)	0.290
中性脂肪, mg/dL	-8.1 (-14.6--1.6)*	-2.6 (-6.5-1.3)	1.4 (-9.1-11.9)	0.102
血糖値, mg/dL	-1.3 (-3.4-0.7)	-1.1 (-1.7--0.5)‡	-2.5 (-4.4--0.6)*	0.142
HbA1c, %	0.00 (-0.03-0.03)	-0.02 (-0.04--0.01)‡	-0.07 (-0.11--0.03)‡	0.002
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.7-0.4)	-0.3 (-0.5--0.1)†	-0.3 (-0.7-0.1)	0.490

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：体格ごとの介入効果の関連について、「やせ」、「普通」、「肥満」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の BMI を用いて、やせは BMI が 18.5 未満、普通は、BMI 18.5 以上 25 未満、肥満群は BMI が 25 以上、の者とした。

表 19. 腹部肥満有無別の介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	腹部肥満		異質性 P 値
	なし	あり	
	介入群/対照群 n=2333/2249	介入群/対照群 n=1047/907	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.18 (-0.33--0.02)*	-0.14 (-0.39-0.11)	0.560
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.06 (-0.19-0.07)	0.14 (-0.09-0.36)	0.211
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	17.32 (-1.45-36.08)	35.51 (5.03-65.99)*	0.628
推定一日カリウム摂取量, mg/日	22.49 (-1.89-46.86)	46.12 (6.54-85.70)*	0.628
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.8 (0.1-1.6)*	0.5 (-0.7-1.8)	0.666
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.4-1.4)‡	0.7 (-0.2-1.5)	0.560
体重, kg	0.0 (-0.1-0.1)	-0.3 (-0.6-0.0)*	0.005
LDL コレステロール, mg/dL	0.6 (-0.5-1.7)	1.4 (-0.6-3.3)	0.468
HDL コレステロール, mg/dL	0.7 (0.2-1.1)†	0.3 (-0.3-0.9)	0.355
中性脂肪, mg/dL	-2.3 (-6.0-1.3)	-1.7 (-10.5-7.2)	0.598
血糖値, mg/dL	-1.1 (-1.7--0.6)‡	-2.2 (-3.9--0.6)†	0.353
HbA1c, %	-0.02 (-0.04--0.01)‡	-0.06 (-0.09--0.02)†	0.032
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.5--0.1)†	-0.3 (-0.6-0.1)	0.724

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

異質性 P 値：腹部肥満有無ごとの介入効果の関連について、「なし」グループと「あり」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の腹囲を用いて、腹部肥満なしは男性腹囲 90 cm未満・女性腹囲 85 cm未満、腹部肥満ありは男性腹囲 90 cm以上・女性腹囲 90 cm以上、の者とした。

表 20. 運動習慣有無別の介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	運動習慣		異質性 P 値
	なし	あり	
	介入群/対照群 n=2149/2132	介入群/対照群 n=1233/1024	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.07 (-0.23-0.10)	-0.35 (-0.58--0.13)†	0.053
推定一日食塩摂取量, g/日	0.07 (-0.07-0.21)	-0.14 (-0.34-0.05)	0.117
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	22.22 (2.30-42.14)*	24.72 (-2.13-51.57)	0.856
推定一日カリウム摂取量, mg/日	28.86 (2.99-54.73)*	32.11 (-2.77-66.98)	0.856
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.1 (0.3-1.8)†	0.2 (-0.9-1.3)	0.167
拡張期血圧値, mmHg	0.7 (0.1-1.2)*	1.3 (0.5-2.0)†	0.295
体重, kg	0.0 (-0.2-0.1)	-0.2 (-0.4-0.0)*	0.055
LDL コレステロール, mg/dL	0.0 (-1.2-1.2)	2.5 (0.8-4.2)†	0.054
HDL コレステロール, mg/dL	0.7 (0.2-1.1)†	0.4 (-0.2-1.0)	0.652
中性脂肪, mg/dL	-0.8 (-5.6-3.9)	-4.7 (-10.4-1.0)	0.167
血糖値, mg/dL	-1.2 (-1.9--0.4)†	-2.1 (-3.3--0.9)†	0.191
HbA1c, %	-0.02 (-0.04--0.01)†	-0.05 (-0.08--0.03)‡	0.040
塩分チェックシート点数	-0.3 (-0.5-0.0)*	-0.4 (-0.7-0.0)*	0.690

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：運動習慣有無ごとの介入効果の関連について、「なし」グループと「あり」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

運動習慣なしは、2021 年度の間診票 10「30 分以上の軽く汗をかく運動を週 2 日以上、1 年間続けていますか」を「いいえ」と回答した者を、運動習慣あり群は、同質問を「はい」と回答した者とした。

表 21. 高血圧有無別の介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	高血圧		異質性 P 値
	なし	あり	
	介入群/対照群 n=2182/2204	介入群/対照群 n=1204/952	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.17 (-0.32--0.01)*	-0.19 (-0.44-0.05)	0.931
推定一日食塩摂取量, g/日	0.02 (-0.11-0.15)	-0.06 (-0.27-0.15)	0.444
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	25.79 (5.90-45.69)*	19.89 (-7.02-46.80)	0.569
推定一日カリウム摂取量, mg/日	33.50 (7.66-59.34)*	25.83 (-9.12-60.78)	0.569
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.5 (0.9-2.2)‡	-1.3 (-2.6-0.1)	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	1.0 (0.5-1.5)‡	0.4 (-0.5-1.2)	0.249
体重, kg	0.0 (-0.1-0.1)	-0.3 (-0.4--0.1)*	0.037
LDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-0.4-1.9)	0.9 (-0.8-2.7)	0.657
HDL コレステロール, mg/dL	0.6 (0.2-1.1)†	0.4 (-0.2-1.1)	0.724
中性脂肪, mg/dL	0.0 (-4.3-4.3)	-6.1 (-13.0-0.8)	0.137
血糖値, mg/dL	-1.5 (-2.2--0.7)‡	-1.5 (-2.7--0.4)*	0.742
HbA1c, %	-0.04 (-0.05--0.02)‡	-0.03 (-0.06-0.00)*	0.786
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4-0.0)	-0.4 (-0.7--0.1)†	0.255

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：高血圧有無ごとの介入効果の関連について、「なし」グループと「あり」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の血圧値と服薬情報を用いて、高血圧症ありは、収縮期血圧値が 140mmHg 以上 かつ/または 拡張期血圧値が 90mmHg 以上、かつ/または降圧剤服用する者とした。

表 22. 降圧剤服用状況ごとの介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	降圧剤服用状況				異質性 P 値
	服用なし	服用なし→あり	服用あり→なし	服用あり	
	介入群/対照群 n=2481/2536	介入群/対照群 n=81/72	介入群/対照群 n=20/18	介入群/対照群 n=800/530	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.12 (-0.27-0.03)	0.53 (-0.31-1.37)	-1.40 (-3.67-0.86)	-0.37 (-0.69--0.05)*	0.112
推定一日食塩摂取量, g/日	0.05 (-0.08-0.17)	0.06 (-0.69-0.81)	-0.82 (-3.17-1.52)	-0.17 (-0.46-0.11)	0.083
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	25.04 (6.56-43.52)†	-51.33 (-154.76-52.10)	14.56 (-292.75-321.87)	22.87 (-11.27-57.02)	0.826
推定一日カリウム摂取量, mg/日	32.52 (8.52-56.52)†	-66.66 (-200.98-67.66)	18.91 (-380.20-418.02)	29.70 (-14.64-74.05)	0.826
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	1.0 (0.3-1.6)†	1.6 (-4.9-8.1)	-5.2 (-19.4-9.0)	-0.4 (-2.1-1.2)	0.065
拡張期血圧値, mmHg	0.8 (0.3-1.2)†	3.4 (-0.4-7.2)	-0.8 (-11.6-10.1)	0.8 (-0.3-1.9)	0.930
体重, kg	0.0 (-0.2-0.1)	-0.9 (-1.7--0.1)*	-1.7 (-3.1--0.2)*	-0.2 (-0.4-0.0)	0.098
LDL コレステロール, mg/dL	0.9 (-0.2-1.9)	-12.1 (-21.1--3.2)†	-2.0 (-24.8-20.8)	1.8 (-0.4-4.0)	0.378
HDL コレステロール, mg/dL	0.7 (0.3-1.1)†	-0.4 (-3.3-2.6)	-1.8 (-8.7-5.1)	0.3 (-0.6-1.1)	0.499
中性脂肪, mg/dL	-1.5 (-5.3-2.3)	-4.9 (-63.1-53.4)	-26.9 (-72.5-18.6)	-8.5 (-16.6--0.3)*	0.218
血糖値, mg/dL	-1.3 (-2.1--0.6)‡	0.0 (-4.4-4.4)	-7.2 (-25.4-10.9)	-2.0 (-3.5--0.5)*	0.228
HbA1c, %	-0.03 (-0.05--0.02)‡	-0.05 (-0.16-0.06)	-0.11 (-0.44-0.23)	-0.03 (-0.07-0.00)	0.990
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4-0.0)*	-0.4 (-1.8-1.1)	1.2 (-2.2-4.5)	-0.3 (-0.7-0.1)	0.547

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

異質性 P 値：降圧剤服用状況ごとの介入効果の関連について、「服用なし」、「服用なし→あり」、「服用あり→なし」、「服用あり」のグループ間で差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

服用なしは、問診票 1「血圧を下げる薬」において、2021・2022 年度ともに、「いいえ」と回答した者を、服用なし→ありは、同質問において、2021 年度は「いいえ」・2022 年度は「はい」と回答した者を、服用あり→なしは、同質問において、2021 年度は「はい」・2022 年度は「いいえ」と回答した者を、服用ありは、同質問において、2021・2022 年度とも、「はい」と回答した者とした。

表 23. 糖尿病有無別の介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	糖尿病		異質性 P 値
	なし	あり	
	介入群/対照群 n=3116/2948	介入群/対照群 n=286/208	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.14 (-0.28--0.01)*	-0.45 (-0.94-0.04)	0.216
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.01 (-0.12-0.11)	-0.01 (-0.44-0.42)	0.999
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	20.39 (3.82-36.97)*	47.47 (-13.12-108.06)	0.416
推定一日カリウム摂取量, mg/日	26.48 (4.96-48.01)*	61.65 (-17.04-140.33)	0.416
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.8 (0.2-1.5)*	-0.4 (-3.1-2.3)	0.348
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.5-1.4)‡	-0.4 (-2.1-1.3)	0.159
体重, kg	-0.1 (-0.2-0.1)	-0.4 (-0.8-0.0)*	0.168
LDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-0.3-1.7)	1.5 (-2.3-5.3)	0.668
HDL コレステロール, mg/dL	0.6 (0.2-1.0)†	0.2 (-1.2-1.5)	0.567
中性脂肪, mg/dL	-3.0 (-6.4-0.5)	11.2 (-13.3-35.6)	0.030
血糖値, mg/dL	-1.3 (-1.7--0.8)‡	-2.6 (-8.3-3.2)	0.661
HbA1c, %	-0.03 (-0.04--0.02)‡	-0.05 (-0.18-0.08)	0.892
塩分チェックシート点数	-0.2 (-0.4--0.1)†	-0.7 (-1.4-0.0)*	0.134

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

異質性 P 値：糖尿病有無ごとの介入効果の関連について、「なし」グループと「あり」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の空腹時血糖値・HbA1c 値と糖尿病治療情報を用いて、糖尿病ありは、空腹時血糖値が 126 mg/dl かつ/または HbA1c 値が 6.5%以上、かつ/または糖尿病治療薬ありの者とした。

表 24. 脂質異常症有無別の介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	脂質異常症		異質性 P 値
	なし	あり	
	介入群/対照群 n=1691/1750	介入群/対照群 n=1697/1406	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.10 (-0.29-0.08)	-0.23 (-0.42--0.03)*	0.374
推定一日食塩摂取量, g/日	0.00 (-0.15-0.16)	-0.01 (-0.17-0.16)	0.857
推定 24 時間尿中カリウム排泄量, mg/日	21.96 (-0.39-44.31)	23.96 (1.07-46.86)*	0.886
推定一日カリウム摂取量, mg/日	28.52 (-0.50-57.55)	31.12 (1.39-60.85)*	0.886
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.2 (0.3-2.0)†	0.3 (-0.7-1.3)	0.176
拡張期血圧値, mmHg	0.9 (0.4-1.5)†	0.8 (0.2-1.4)*	0.631
体重, kg	0.0 (-0.2-0.1)	-0.1 (-0.3-0.1)	0.865
LDL コレステロール, mg/dL	0.9 (-0.2-1.9)	0.7 (-0.9-2.3)	0.745
HDL コレステロール, mg/dL	0.8 (0.3-1.3)†	0.3 (-0.2-0.9)	0.113
中性脂肪, mg/dL	-3.6 (-6.4--0.7)*	-0.4 (-7.4-6.5)	0.037
血糖値, mg/dL	-2.1 (-3.0--1.2)‡	-0.9 (-1.9-0.0)	0.086
HbA1c, %	-0.03 (-0.05--0.02)‡	-0.03 (-0.06--0.01)†	0.891
塩分チェックシート点数	-0.1 (-0.4-0.1)	-0.4 (-0.7--0.2)†	0.223

介入効果 = [介入群における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [対照群における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。

介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

異質性 P 値：脂質異常症有無ごとの介入効果の関連について、「なし」グループと「あり」グループで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

介入前値または前値の LDL・HDL コレステロール値、中性脂肪と脂質降下薬情報を用いて、脂質異常症ありは、LDL コレステロール値が 140mg/dl 以上 かつ/または HDL コレステロール値が 40mg/dl 未満 かつ/または中性脂肪値が 150mmHg 以上、かつ/または脂質降下薬服用の者とした。

表 25. ナトカリ手帳(またはナトカリ手帳アプリ)使用における介入効果(多変量解析):ナトカリ手帳での目標設定の有無(2022 年度問診)

有効性評価項目	ナトカリ手帳での目標設定の有無		P 値
	なし N=1805	あり N=571	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	0.12 (-0.01-0.24)	-0.66 (-0.89--0.43)	<0.001
推定一日食塩摂取, g/日	-0.06 (-0.16-0.04)	-0.40 (-0.58--0.22)	0.002
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-28.75 (-42.80--14.71)	28.07 (2.97-53.17)	<0.001
推定一日 K 摂取量, mg/日	-37.34 (-55.58--19.11)	36.46 (3.86-69.06)	<0.001
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-0.9 (-1.6--0.3)	-2.1 (-3.2--1.0)	0.076
拡張期血圧値, mmHg	0.6 (0.2-1.0)	-0.1 (-0.8-0.7)	0.144
体重, kg	0.0 (-0.1-0.1)	-0.2 (-0.4-0.0)	0.064
LDL コレステロール, mg/dL	-1.6 (-2.5--0.7)	-1.8 (-3.4--0.2)	0.781
HDL コレステロール, mg/dL	0.3 (-0.1-0.6)	1.0 (0.4-1.6)	0.058
中性脂肪, mg/dL	-2.9 (-5.6--0.1)	-3.4 (-8.3-1.6)	0.865
血糖値, mg/dL	-0.2 (-0.8-0.3)	-0.4 (-1.4-0.6)	0.759
HbA1c, %	-0.02 (-0.04--0.01)	-0.04 (-0.06--0.02)	0.139
塩分チェックシート点数	-0.5 (-0.6--0.3)	-0.9 (-1.1--0.6)	0.016

介入群における介入効果の平均値(95%信頼区間)を表記。

本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

P 値: 「なし」グループにおける介入効果に対する、「あり」グループにおける介入効果を検定。背景因子(年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往)を調整。

表 26. ナトカリ手帳(またはナトカリ手帳アプリ)使用における介入効果(多変量解析):ナトカリ手帳での星取表記入の有無 (2022 年度問診)

有効性評価項目	ナトカリ手帳での星取表記入の有無		P 値
	なし N=448	あり N=200	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.32 (-0.60--0.05)	-0.91 (-1.32--0.50)	0.021
推定一日食塩摂取, g/日	-0.26 (-0.47--0.04)	-0.54 (-0.86--0.21)	0.164
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	3.93 (-25.04-32.90)	41.42 (-2.23-85.07)	0.164
推定一日 K 摂取量, mg/日	5.10 (-32.52-42.72)	53.79 (-2.89-110.48)	0.164
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-1.2 (-2.5-0.2)	-2.0 (-4.0-0.0)	0.486
拡張期血圧値, mmHg	0.3 (-0.5-1.2)	-0.6 (-1.9-0.6)	0.230
体重, kg	-0.3 (-0.6--0.1)	-0.3 (-0.6-0.1)	0.778
LDL コレステロール, mg/dL	-1.9 (-3.7--0.1)	-2.9 (-5.6--0.1)	0.580
HDL コレステロール, mg/dL	1.2 (0.5-1.9)	1.3 (0.2-2.4)	0.854
中性脂肪, mg/dL	-4.1 (-8.9-0.6)	-1.0 (-8.1-6.2)	0.478
血糖値, mg/dL	-0.3 (-1.3-0.8)	-1.0 (-2.5-0.6)	0.453
HbA1c, %	-0.03 (-0.06-0.00)	-0.03 (-0.08-0.01)	0.792
塩分チェックシート点数	-0.9 (-1.2--0.5)	-0.8 (-1.3--0.3)	0.925

介入群における介入効果の平均値 (95%信頼区間) を表記。

本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

P 値: 「なし」グループにおける介入効果に対する、「あり」グループにおける介入効果を検定。

背景因子 (年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往) を調整。

表 27. ナトカリ手帳（またはナトカリ手帳アプリ）使用における介入効果（多変量解析）：ナトカリ手帳への記入期間（2022 年度問診）

	ナトカリ手帳への記入期間					傾向 P 値
有効性評価項目	2 週間未満 N=66	2 週間以上 1 カ月未満 N=65	1 カ月以上 3 カ月未満 N=38	3 カ月以上 6 カ月未満 N=21	6 カ月以上 N=37	
一次エンドポイント						
尿 Na/K 比	-0.13 (-0.99-0.74)	-0.96 (-1.83--0.09)	-1.93 (-3.06--0.79)*	0.42 (-1.10-1.94)	-0.60 (-1.76-0.56)	0.833
推定一日食塩摂取, g/日	0.03 (-0.56-0.61)	-0.82 (-1.42--0.23)	-0.91 (-1.68--0.14)	-0.88 (-1.91-0.16)	-0.09 (-0.87-0.70)	0.648
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	33.91 (-44.16- 111.99)	20.88 (-57.92- 99.68)	31.50 (-70.83- 133.84)	-83.07 (-220.49- 54.35)	77.37 (-27.44- 182.18)	0.950
推定一日 K 摂取量, mg/日	44.04 (-57.35- 145.44)	27.11 (-75.22- 129.45)	40.91 (-91.99- 173.81)	-107.88 (-286.35- 70.58)	100.49 (-35.63- 236.60)	0.950
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	-0.2 (-3.8-3.3)	-2.2 (-5.8-1.4)	-2.5 (-7.2-2.2)	7.5 (1.3-13.8)*	-1.9 (-6.7-2.9)	0.721
拡張期血圧値, mmHg	-1.0 (-3.3-1.3)	-2.7 (-5.0--0.3)	-0.6 (-3.6-2.4)	5.7 (1.7-9.8)†	0.3 (-2.8-3.4)	0.053
体重, kg	0.1 (-0.4-0.6)	-0.2 (-0.7-0.3)	-1.2 (-1.9--0.5)†	-0.5 (-1.4-0.4)	-0.1 (-0.8-0.6)	0.276
LDL コレステロール, mg/dL	-0.4 (-4.7-4.0)	-6.9 (-11.3--2.5)*	-1.3 (-7.0-4.4)	2.7 (-5.0-10.3)	-4.8 (-10.6-1.1)	0.992
HDL コレステロール, mg/dL	1.6 (-0.7-3.8)	0.9 (-1.4-3.2)	2.7 (-0.3-5.7)	-1.0 (-5.1-3.0)	2.9 (-0.1-6.0)	0.646
中性脂肪, mg/dL	1.5 (-11.5-14.5)	-4.5 (-17.6-8.7)	7.2 (-9.8-24.2)	5.6 (-17.2-28.5)	-6.1 (-23.5-11.4)	0.740
血糖値, mg/dL	0.7 (-1.8-3.1)	-0.5 (-3.2-2.3)	-0.7 (-4.0-2.7)	3.3 (-1.2-7.7)	-0.2 (-3.7-3.3)	0.902
HbA1c, %	-0.02 (-0.08-0.04)	0.01 (-0.05-0.06)	-0.03 (-0.11-0.04)	0.01 (-0.09-0.11)	-0.05 (-0.13-0.03)	0.688
塩分チェックシート点数	-0.2 (-1.1-0.7)	-0.8 (-1.7-0.1)	-1.6 (-2.8--0.5)	-1.0 (-2.6-0.5)	-1.4 (-2.6--0.2)	0.111

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05, †<0.01, ‡<0.001）：「2 週間未満」グループにおける介入効果に対する、「2 週間以上 1 カ月未満」、「1 カ月以上 3 カ月未満」、「3 カ月以上 6 カ月未満」または「6 カ月以上」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：ナトカリ手帳への記入期間（2022 年度問診による）と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 28. ナトカリ手帳（またはナトカリ手帳アプリ）使用における介入効果（多変量解析）：ナトカリ手帳での景品獲得の有無（2022 年度問診）

有効性評価項目	ナトカリ手帳での景品獲得の有無		P 値
	なし N=104	あり N=65	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	0.10 (-0.60-0.80)	-1.76 (-2.66--0.87)	0.002
推定一日食塩摂取, g/日	-0.03 (-0.53-0.47)	-0.80 (-1.44--0.16)	0.073
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	27.34 (-29.17-83.85)	52.12 (-20.27-124.52)	0.604
推定一日 K 摂取量, mg/日	35.51 (-37.88-108.89)	67.69 (-26.33-161.71)	0.604
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.0 (-1.7-3.7)	1.2 (-2.3-4.7)	0.946
拡張期血圧値, mmHg	0.5 (-1.5-2.6)	1.1 (-1.5-3.7)	0.745
体重, kg	-0.1 (-0.5-0.4)	-0.4 (-1.0-0.2)	0.430
LDL コレステロール, mg/dL	-2.0 (-5.7-1.8)	-6.7 (-11.5--1.8)	0.142
HDL コレステロール, mg/dL	1.1 (-0.7-2.8)	2.9 (0.7-5.1)	0.206
中性脂肪, mg/dL	-0.5 (-9.9-9.0)	0.8 (-11.3-12.9)	0.873
血糖値, mg/dL	0.8 (-1.5-3.1)	0.9 (-1.7-3.6)	0.925
HbA1c, %	-0.03 (-0.08-0.02)	-0.06 (-0.13-0.02)	0.590
塩分チェックシート点数	-0.6 (-1.4-0.2)	-1.1 (-2.1--0.1)	0.449

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「なし」グループにおける介入効果に対する、「あり」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 29. ナトカリ手帳（またはナトカリ手帳アプリ）使用における介入効果（多変量解析）：ナトカリ手帳による獲得メダル枚数（2022 年度問診）

有効性評価項目	ナトカリ手帳による獲得メダル枚数			傾向 P 値
	2 枚以下 N=9	3～4 枚 N=6	5 枚以上 N=9	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.58 (-2.24-1.08)	-2.10 (-4.46-0.27)	-1.57 (-3.43-0.28)	0.741
推定一日食塩摂取, g/日	-0.93 (-2.03-0.17)	-1.83 (-3.40--0.26)	0.03 (-1.21-1.26)	0.324
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	147.36 (-73.55-368.26)	-83.60 (-398.54-231.33)	100.64 (-146.94-348.21)	0.697
推定一日 K 摂取量, mg/日	191.37 (-95.52-478.26)	-108.58 (-517.59-300.43)	130.70 (-190.83-452.22)	0.697
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-6.8 (-15.0-1.4)	-11.5 (-23.2-0.1)	-2.4 (-11.6-6.8)	0.695
拡張期血圧値, mmHg	-4.4 (-12.2-3.4)	0.6 (-10.5-11.7)	-3.7 (-12.4-5.0)	0.926
体重, kg	0.4 (-0.8-1.6)	1.2 (-0.5-2.9)	-0.9 (-2.2-0.5)	0.278
LDL コレステロール, mg/dL	-16.2 (-31.8--0.5)	-5.9 (-28.2-16.4)	-6.7 (-24.2-10.9)	0.146
HDL コレステロール, mg/dL	2.9 (-6.7-12.4)	10.6 (-3.0-24.3)	-6.5 (-17.2-4.2)	0.344
中性脂肪, mg/dL	-5.1 (-30.3-20.0)	11.2 (-24.7-47.1)	-0.1 (-28.3-28.1)	0.376
血糖値, mg/dL	1.1 (-5.5-7.7)	5.4 (-6.0-16.8)	1.6 (-6.1-9.3)	0.886
HbA1c, %	-0.06 (-0.19-0.07)	-0.13 (-0.33-0.06)	0.03 (-0.13-0.18)	0.945
塩分チェックシート点数	-0.1 (-3.3-3.1)	-2.5 (-6.5-1.6)	-1.9 (-5.5-1.7)	0.488

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05, †<0.01, ‡<0.001）：「2 枚以下」グループにおける介入効果に対する、「3～4 枚」または「5 枚以上」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：ナトカリ手帳への記入期間（2022 年度問診による）と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 30. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：今日の質問入力日数（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	今日の質問入力日数			傾向 P 値
	1-97 日, n=12	98-240 日, n=16	241-378 日, n=16	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-1.35 (-3.71-1.00)	-0.29 (-2.18-1.60)	0.57 (-1.36-2.49)	0.229
推定一日食塩摂取, g/日	-0.87 (-2.14-0.40)	-0.33 (-1.35-0.69)	0.71 (-0.33-1.74)	0.061
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	41.34 (-114.66-197.33)	10.66 (-114.55-135.87)	95.20 (-32.18-222.57)	0.534
推定一日 K 摂取量, mg/日	53.68 (-148.90-256.27)	13.84 (-148.77-176.45)	123.63 (-41.79-289.05)	0.534
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	2.9 (-6.6-12.3)	0.7 (-6.8-8.3)	2.6 (-5.1-10.2)	0.987
拡張期血圧値, mmHg	2.0 (-4.0-8.0)	1.9 (-2.9-6.7)	3.3 (-1.6-8.2)	0.728
体重, kg	1.3 (-0.2-2.8)	-0.6 (-1.8-0.6)	0.3 (-0.9-1.6)	0.499
LDL コレステロール, mg/dL	8.7 (-2.2-19.7)	-4.2 (-13.0-4.6)	-0.1 (-9.1-8.8)	0.341
HDL コレステロール, mg/dL	2.3 (-4.5-9.2)	-0.1 (-5.6-5.4)	1.0 (-4.6-6.6)	0.826
中性脂肪, mg/dL	-0.1 (-24.7-24.4)	11.2 (-8.5-30.9)	2.6 (-17.5-22.7)	0.962
血糖値, mg/dL	0.4 (-3.4-4.2)	-0.4 (-3.1-2.3)	0.6 (-2.1-3.3)	0.848
HbA1c, %	0.03 (-0.14-0.19)	-0.04 (-0.18-0.09)	-0.14 (-0.27-0.00)	0.132
塩分チェックシート点数	-2.3 (-4.2--0.4)	-1.7 (-3.5-0.1)	-0.9 (-2.5-0.7)	0.287

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05, †<0.01, ‡<0.001)：「1-97 日」グループにおける介入効果に対する、「98-240 日」また「245-378 日」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：今日の質問入力日数と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 31. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：獲得ポイント数（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	獲得ポイント数			傾向 P 値
	3-44 点, n=21	45-449 点, =17	450-1592 点, n=21	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.43 (-2.08-1.22)	-0.35 (-1.97-1.26)	0.33 (-1.25-1.91)	0.527
推定一日食塩摂取, g/日	-0.63 (-1.56-0.30)	-0.11 (-1.02-0.80)	0.21 (-0.68-1.10)	0.239
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-104.03 (-248.12-40.05)	44.53 (-96.42-185.48)	71.20 (-66.44-208.85)	0.129
推定一日 K 摂取量, mg/日	-135.11 (-322.24-52.02)	57.83 (-125.22-240.89)	92.47 (-86.29-271.23)	0.129
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-3.6 (-10.5-3.3)	-3.3 (-10.1-3.4)	7.0 (0.4-13.5)	0.040
拡張期血圧値, mmHg	1.2 (-3.0-5.4)	0.1 (-4.0-4.2)	4.0 (0.0-8.0)	0.343
体重, kg	-1.6 (-2.8--0.4)	0.7 (-0.4-1.9)†	0.1 (-1.1-1.2)	0.113
LDL コレステロール, mg/dL	2.2 (-6.1-10.5)	4.0 (-4.1-12.2)	-4.7 (-12.6-3.3)	0.245
HDL コレステロール, mg/dL	1.9 (-3.4-7.2)	1.3 (-3.9-6.5)	1.3 (-3.8-6.3)	0.877
中性脂肪, mg/dL	-6.3 (-24.4-11.8)	9.7 (-8.0-27.4)	0.4 (-16.8-17.7)	0.698
血糖値, mg/dL	-0.3 (-3.9-3.4)	-3.5 (-8.0-1.0)	-4.5 (-8.1--1.0)	0.141
HbA1c, %	-0.17 (-0.31--0.04)	-0.13 (-0.26-0.00)	-0.18 (-0.31--0.05)	0.921
塩分チェックシート点数	-0.9 (-2.7-1.0)	-2.0 (-3.8--0.2)	-1.7 (-3.3--0.1)	0.542

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05, †<0.01, ‡<0.001）：「3-44 点」グループにおける介入効果に対する、「45-449 点」また「450-1592 点」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：獲得ポイント数と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 32. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：獲得メダル数（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	獲得メダル数			傾向 P 値
	1-3 個, n=12	4-6 個, n=10	7-21 個, n=11	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-1.08 (-3.15-0.99)	-0.47 (-2.68-1.75)	1.39 (-0.73-3.51)	0.104
推定一日食塩摂取, g/日	-0.24 (-1.54-1.07)	0.14 (-1.25-1.53)	0.07 (-1.26-1.41)	0.743
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	59.60 (-89.53-208.73)	102.26 (-57.16-261.68)	-34.83 (-187.71-118.05)	0.380
推定一日 K 摂取量, mg/日	77.40 (-116.27-271.08)	132.81 (-74.23-339.85)	-45.24 (-243.78-153.31)	0.380
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	4.2 (-4.8-13.1)	-5.8 (-15.4-3.7)	5.7 (-3.5-14.8)	0.810
拡張期血圧値, mmHg	3.1 (-2.1-8.3)	-0.9 (-6.4-4.7)	2.5 (-2.9-7.8)	0.875
体重, kg	0.7 (-0.8-2.2)	0.1 (-1.5-1.7)	0.2 (-1.3-1.7)	0.622
LDL コレステロール, mg/dL	-5.1 (-15.2-5.0)	0.2 (-10.6-10.9)	-0.3 (-10.6-10.1)	0.506
HDL コレステロール, mg/dL	1.6 (-4.6-7.8)	-0.4 (-7.0-6.3)	-2.1 (-8.4-4.3)	0.408
中性脂肪, mg/dL	16.6 (-8.6-41.7)	16.8 (-10.1-43.7)	-10.9 (-36.7-14.9)	0.138
血糖値, mg/dL	0.8 (-2.6-4.1)	2.2 (-1.2-5.6)	0.7 (-3.1-4.6)	0.986
HbA1c, %	0.03 (-0.08-0.13)	0.02 (-0.09-0.13)	-0.08 (-0.18-0.02)	0.149
塩分チェックシート点数	-1.3 (-3.4-0.8)	-1.2 (-3.2-0.9)	-2.3 (-4.6-0.0)	0.544

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05, †<0.01, ‡<0.001)：「1-3 個」グループにおける介入効果に対する、「4-6 個」また「7-21 個」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：獲得メダル数と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 33. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「1. 1日に1～2つ果物を食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	1. 1日に1～2つ果物を食べる		P 値
	いいえ, n=51	はい, n=8	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.20 (-1.13-0.72)	-1.15 (-3.49-1.20)	0.456
推定一日食塩摂取, g/日	-0.22 (-0.77-0.32)	0.40 (-0.97-1.77)	0.399
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	10.66 (-67.06-88.38)	217.76 (21.33-414.20)	0.055
推定一日 K 摂取量, mg/日	13.84 (-87.09-114.78)	282.81 (27.70-537.92)	0.055
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.9 (-4.4-6.1)	2.8 (-10.4-16.0)	0.784
拡張期血圧値, mmHg	2.2 (-0.4-4.7)	4.3 (-2.3-10.8)	0.549
体重, kg	-0.3 (-1.1-0.6)	1.0 (-1.1-3.1)	0.253
LDL コレステロール, mg/dL	0.2 (-4.6-5.1)	4.7 (-7.4-16.7)	0.495
HDL コレステロール, mg/dL	2.0 (-0.6-4.6)	-0.4 (-6.9-6.0)	0.485
中性脂肪, mg/dL	0.9 (-9.5-11.3)	4.8 (-21.0-30.7)	0.778
血糖値, mg/dL	-0.3 (-3.5-2.8)	-0.8 (-8.0-6.4)	0.901
HbA1c, %	-0.07 (-0.18-0.04)	-0.06 (-0.32-0.20)	0.954
塩分チェックシート点数	-1.4 (-2.2--0.6)	-1.5 (-3.5-0.5)	0.906

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「1. 1日に1～2つ果物を食べる」の「はい」グループが10人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 34. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「2. 野菜の付け合わせを残さず食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	2. 野菜の付け合わせを残さず食べる		P 値
	いいえ, n=57	はい, n=2	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.53 (-1.36-0.30)	5.41 (0.97-9.85)	0.011
推定一日食塩摂取, g/日	-0.20 (-0.70-0.31)	1.45 (-1.27-4.17)	0.238
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	37.72 (-38.31-113.74)	67.89 (-338.37-474.15)	0.884
推定一日 K 摂取量, mg/日	48.98 (-49.75-147.71)	88.17 (-439.44-615.78)	0.884
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.9 (-4.1-5.8)	8.8 (-17.5-35.2)	0.553
拡張期血圧値, mmHg	2.2 (-0.2-4.7)	8.3 (-4.8-21.3)	0.367
体重, kg	-0.1 (-0.9-0.7)	-0.8 (-5.0-3.4)	0.721
LDL コレステロール, mg/dL	0.5 (-4.1-5.0)	11.1 (-12.8-35.1)	0.384
HDL コレステロール, mg/dL	1.7 (-0.8-4.1)	2.2 (-10.8-15.1)	0.940
中性脂肪, mg/dL	1.1 (-8.8-10.9)	11.5 (-40.2-63.2)	0.693
血糖値, mg/dL	-0.4 (-3.3-2.5)	0.6 (-16.1-17.2)	0.906
HbA1c, %	-0.07 (-0.17-0.04)	-0.08 (-0.56-0.41)	0.960
塩分チェックシート点数	-1.4 (-2.2--0.6)	-1.1 (-5.0-2.8)	0.881

介入群における介入効果（同一個人内の介入前後の差）の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「2. 野菜の付け合わせを残さず食べる」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 35. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「3. 毎日必ず野菜料理を食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	3. 毎日必ず野菜料理を食べる		P 値
	いいえ, n=37	はい, n=8	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.15 (-1.30-1.00)	-0.75 (-3.45-1.95)	0.690
推定一日食塩摂取, g/日	-0.05 (-0.69-0.60)	-0.38 (-1.89-1.13)	0.693
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	48.88 (-27.24-125.01)	37.53 (-141.19-216.25)	0.909
推定一日 K 摂取量, mg/日	63.48 (-35.38-162.34)	48.74 (-183.36-280.84)	0.909
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.5 (-3.0-6.0)	5.0 (-5.5-15.5)	0.551
拡張期血圧値, mmHg	2.6 (-0.3-5.5)	1.8 (-4.9-8.6)	0.840
体重, kg	0.3 (-0.5-1.1)	-0.7 (-2.5-1.2)	0.347
LDL コレステロール, mg/dL	-1.8 (-7.1-3.5)	17.6 (5.1-30.1)	0.009
HDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-2.8-3.7)	4.6 (-3.1-12.2)	0.331
中性脂肪, mg/dL	12.5 (2.0-22.9)	-27.7 (-52.2--3.1)	0.006
血糖値, mg/dL	0.4 (-1.1-1.9)	-2.1 (-9.7-5.5)	0.523
HbA1c, %	-0.07 (-0.16-0.01)	-0.04 (-0.23-0.16)	0.723
塩分チェックシート点数	-1.5 (-2.5--0.4)	-1.2 (-3.6-1.3)	0.832

介入群における介入効果（同一個人内の介入前後の差）の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：の「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 36. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「4. 毎食必ず野菜料理を食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	4. 毎食必ず野菜料理を食べる		P 値
	いいえ, n=52	はい, n=7	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.21 (-1.13-0.72)	-1.27 (-3.83-1.29)	0.440
推定一日食塩摂取, g/日	0.03 (-0.49-0.56)	-1.42 (-2.88-0.04)	0.067
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	41.29 (-38.56-121.13)	19.83 (-202.24-241.89)	0.857
推定一日 K 摂取量, mg/日	53.62 (-50.07-157.31)	25.75 (-262.65-314.15)	0.857
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.7 (-3.5-6.9)	-3.1 (-17.5-11.3)	0.537
拡張期血圧値, mmHg	2.8 (0.2-5.3)	0.0 (-7.2-7.1)	0.468
体重, kg	-0.1 (-1.0-0.7)	0.2 (-2.1-2.5)	0.812
LDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-4.2-5.5)	2.2 (-11.0-15.4)	0.826
HDL コレステロール, mg/dL	2.1 (-0.5-4.7)	-1.2 (-8.3-5.8)	0.378
中性脂肪, mg/dL	0.7 (-9.7-11.0)	7.1 (-21.2-35.3)	0.672
血糖値, mg/dL	-0.7 (-3.7-2.4)	1.5 (-6.8-9.7)	0.624
HbA1c, %	-0.08 (-0.19-0.03)	0.02 (-0.30-0.33)	0.579
塩分チェックシート点数	-1.1 (-1.9--0.4)	-3.1 (-5.2--1.0)	0.086

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：の「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「4. 毎食必ず野菜料理を食べる」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 37. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「5. 1日2回以上、主食、主菜、副菜の揃った食事を食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	5. 1日2回以上、主食、主菜、副菜の揃った食事を食べる		P 値
	いいえ, n=58	はい, n=1※1	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.35 (-1.22-0.53)		0.819
推定一日食塩摂取, g/日	-0.16 (-0.67-0.36)		0.656
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	37.92 (-37.47-113.31)		0.870
推定一日 K 摂取量, mg/日	49.25 (-48.66-147.15)		0.870
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.1 (-3.8-6.0)		0.979
拡張期血圧値, mmHg	2.5 (0.1-4.9)		0.672
体重, kg	-0.2 (-0.9-0.6)		0.272
LDL コレステロール, mg/dL	-0.6 (-3.9-5.1)		0.448
HDL コレステロール, mg/dL	1.7 (-0.7-4.2)		0.898
中性脂肪, mg/dL	0.4 (-9.1-9.9)		0.101
血糖値, mg/dL	n.s		n.s
HbA1c, %	n.s		n.s
塩分チェックシート点数	-1.4 (-2.1-0.6)		0.728

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。設定した目標の種類「5. 1日2回以上、主食、主菜、副菜の揃った食事を食べる」の「はい」グループが10人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。※1：解析対象者が1名であり個人の値となるため表記せず。

表 38. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「6. 1日5つ分（350g）以上の野菜を食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	6. 1日5つ分（350g）以上の野菜を食べる		P 値
	いいえ, n=52	はい, n=7	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.28 (-1.20-0.65)	-0.74 (-3.36-1.89)	0.744
推定一日食塩摂取, g/日	-0.19 (-0.74-0.35)	0.26 (-1.27-1.80)	0.577
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	32.10 (-47.84-112.04)	88.06 (-138.22-314.33)	0.645
推定一日 K 摂取量, mg/日	41.69 (-62.13-145.51)	114.36 (-179.50-408.22)	0.645
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.3 (-4.8-5.5)	7.1 (-7.5-21.8)	0.390
拡張期血圧値, mmHg	2.3 (-0.3-4.9)	3.8 (-3.5-11.1)	0.701
体重, kg	-0.2 (-1.0-0.6)	0.8 (-1.6-3.1)	0.436
LDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-4.1-5.6)	1.8 (-11.7-15.2)	0.885
HDL コレステロール, mg/dL	1.3 (-1.3-3.9)	4.2 (-3.0-11.4)	0.454
中性脂肪, mg/dL	1.3 (-9.1-11.7)	2.3 (-26.6-31.2)	0.952
血糖値, mg/dL	-0.4 (-3.5-2.6)	0.1 (-9.6-9.8)	0.916
HbA1c, %	-0.08 (-0.19-0.03)	0.03 (-0.24-0.29)	0.452
塩分チェックシート点数	-1.4 (-2.2--0.6)	-1.2 (-3.5-1.2)	0.841

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「6. 1日5つ分（350g）以上の野菜を食べる」の「はい」グループが10人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 39. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「7. 食品を購入したり、外食する際、栄養成分表示や関連表示を確認する」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	7. 食品を購入したり、外食する際、栄養成分表示や関連表示を確認する		P 値
	いいえ, n=51	はい, n=8	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.51 (-1.43-0.41)	0.81 (-1.52-3.15)	0.296
推定一日食塩摂取, g/日	-0.21 (-0.75-0.34)	0.29 (-1.09-1.66)	0.506
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	37.84 (-42.56-118.24)	44.47 (-158.74-247.69)	0.952
推定一日 K 摂取量, mg/日	49.14 (-55.27-153.56)	57.76 (-206.16-321.67)	0.952
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.6 (-3.7-6.8)	-1.6 (-14.8-11.6)	0.660
拡張期血圧値, mmHg	2.3 (-0.3-4.9)	3.1 (-3.4-9.7)	0.820
体重, kg	-0.2 (-1.0-0.6)	0.5 (-1.6-2.6)	0.531
LDL コレステロール, mg/dL	1.2 (-3.7-6.1)	-1.3 (-13.4-10.7)	0.697
HDL コレステロール, mg/dL	1.7 (-0.9-4.3)	1.7 (-4.8-8.2)	0.988
中性脂肪, mg/dL	1.0 (-9.4-11.4)	4.2 (-21.6-30.1)	0.818
血糖値, mg/dL	-0.6 (-3.6-2.5)	1.5 (-8.4-11.5)	0.683
HbA1c, %	-0.07 (-0.18-0.04)	-0.06 (-0.34-0.22)	0.963
塩分チェックシート点数	-1.3 (-2.1--0.5)	-1.8 (-3.8-0.3)	0.708

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「7. 食品を購入したり、外食する際、栄養成分表示や関連表示を確認する」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 40. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「8. 少なくとも2日に1つ果物を食べる」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	8. 少なくとも2日に1つ果物を食べる		P 値
	いいえ, n=31	はい, n=14	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.73 (-2.03-0.57)	0.79 (-1.31-2.89)	0.257
推定一日食塩摂取, g/日	-0.35 (-1.07-0.38)	0.43 (-0.75-1.60)	0.302
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	42.60 (-44.90-130.09)	56.31 (-84.86-197.48)	0.878
推定一日 K 摂取量, mg/日	55.32 (-58.31-168.95)	73.13 (-110.21-256.47)	0.878
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.3 (-3.9-6.5)	3.9 (-4.4-12.2)	0.619
拡張期血圧値, mmHg	1.6 (-1.7-4.9)	4.3 (-0.9-9.6)	0.417
体重, kg	0.0 (-0.9-1.0)	0.4 (-1.0-1.9)	0.659
LDL コレステロール, mg/dL	3.1 (-3.7-9.9)	-1.6 (-12.5-9.4)	0.500
HDL コレステロール, mg/dL	0.8 (-3.0-4.6)	2.0 (-4.2-8.1)	0.764
中性脂肪, mg/dL	2.9 (-10.7-16.4)	10.8 (-11.1-32.6)	0.570
血糖値, mg/dL	0.3 (-1.8-2.3)	0.0 (-3.8-3.8)	0.897
HbA1c, %	-0.08 (-0.17-0.02)	-0.04 (-0.19-0.11)	0.703
塩分チェックシート点数	-1.1 (-2.3-0.1)	-2.1 (-4.0--0.2)	0.388

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 41. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「9. 塩味の濃い加工食品や惣菜を控える」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	9. 塩味の濃い加工食品や惣菜を控える		P 値
	いいえ, n=36	はい, n=9	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.99 (-2.10-0.11)	2.70 (0.13-5.27)	0.017
推定一日食塩摂取, g/日	-0.34 (-1.00-0.32)	0.84 (-0.69-2.37)	0.185
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	53.08 (-26.78-132.94)	22.01 (-163.75-207.77)	0.772
推定一日 K 摂取量, mg/日	68.93 (-34.79-172.64)	28.59 (-212.66-269.84)	0.772
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.0 (-4.5-4.5)	10.5 (-0.1-20.9)	0.092
拡張期血圧値, mmHg	2.3 (-0.7-5.3)	3.1 (-4.0-10.1)	0.858
体重, kg	0.0 (-0.9-0.8)	0.9 (-1.0-2.9)	0.392
LDL コレステロール, mg/dL	-0.3 (-6.4-5.8)	9.5 (-4.7-23.7)	0.239
HDL コレステロール, mg/dL	1.8 (-1.7-5.2)	-1.3 (-9.3-6.7)	0.512
中性脂肪, mg/dL	-0.2 (-12.0-11.7)	27.3 (-0.4-54.9)	0.093
血糖値, mg/dL	-0.3 (-1.7-1.1)	4.1 (-0.6-8.9)	0.087
HbA1c, %	-0.10 (-0.18--0.02)	0.07 (-0.12-0.27)	0.125
塩分チェックシート点数	-1.3 (-2.4--0.2)	-1.8 (-4.2-0.6)	0.742

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 42. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「10. 食卓に卓上調味料を置かない」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	10. 食卓に卓上調味料を置かない		P 値
	いいえ, n=50	はい, n=9	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.20 (-1.14-0.73)	-1.03 (-3.25-1.19)	0.494
推定一日食塩摂取, g/日	-0.02 (-0.56-0.53)	-0.83 (-2.12-0.46)	0.250
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	52.07 (-28.66-132.80)	-35.32 (-226.34-155.70)	0.403
推定一日 K 摂取量, mg/日	67.62 (-37.22-172.47)	-45.87 (-293.95-202.21)	0.403
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-0.9 (-6.0-4.2)	12.3 (0.2-24.3)	0.049
拡張期血圧値, mmHg	1.6 (-0.9-4.2)	7.0 (0.9-13.1)	0.108
体重, kg	0.0 (-0.8-0.9)	-0.9 (-2.8-1.1)	0.400
LDL コレステロール, mg/dL	2.4 (-2.4-7.2)	-7.3 (-18.5-3.9)	0.117
HDL コレステロール, mg/dL	2.1 (-0.5-4.8)	-0.7 (-6.8-5.4)	0.403
中性脂肪, mg/dL	1.1 (-9.4-11.7)	3.2 (-21.3-27.6)	0.880
血糖値, mg/dL	-1.7 (-4.8-1.5)	4.0 (-1.9-9.9)	0.097
HbA1c, %	-0.07 (-0.18-0.04)	-0.05 (-0.33-0.23)	0.887
塩分チェックシート点数	-1.2 (-2.1--0.4)	-2.1 (-4.0--0.3)	0.376

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「10. 食卓に卓上調味料を置かない」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 43. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「1 1. 漬物は控える」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	1 1. 漬物は控える		P 値
	いいえ, n=34	はい, n=11	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.58 (-1.77-0.60)	0.76 (-1.44-2.97)	0.299
推定一日食塩摂取, g/日	-0.06 (-0.74-0.61)	-0.23 (-1.49-1.02)	0.819
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	74.73 (-2.62-152.08)	-39.27 (-183.27-104.73)	0.181
推定一日 K 摂取量, mg/日	97.05 (-3.40-197.50)	-51.00 (-238.02-136.01)	0.181
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	4.6 (0.2-9.0)	-5.5 (-13.6-2.8)	0.043
拡張期血圧値, mmHg	4.1 (1.3-6.9)	-2.7 (-7.8-2.5)	0.031
体重, kg	0.1 (-0.7-1.0)	0.2 (-1.4-1.8)	0.960
LDL コレステロール, mg/dL	2.0 (-4.2-8.2)	0.7 (-10.9-12.3)	0.848
HDL コレステロール, mg/dL	1.4 (-2.1-4.8)	0.5 (-5.9-6.9)	0.816
中性脂肪, mg/dL	0.8 (-11.2-12.8)	19.3 (-3.1-41.6)	0.164
血糖値, mg/dL	0.0 (-1.7-1.7)	1.1 (-3.4-5.5)	0.657
HbA1c, %	-0.08 (-0.16-0.01)	-0.03 (-0.19-0.13)	0.630
塩分チェックシート点数	-1.5 (-2.6--0.3)	-1.3 (-3.3-0.6)	0.899

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 44. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「1 2. 日本高血圧学会減塩食品リストに掲載された商品を利用している」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	1 2. 日本高血圧学会減塩食品リストに掲載された商品を利用している		P 値
	いいえ, n=56	はい, n=3	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.34 (-1.23-0.55)	-0.20 (-4.07-3.66)	0.946
推定一日食塩摂取, g/日	-0.16 (-0.68-0.36)	0.17 (-2.09-2.43)	0.778
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	42.92 (-33.65-119.50)	-39.39 (-371.92-293.13)	0.631
推定一日 K 摂取量, mg/日	55.75 (-43.70-155.19)	-51.16 (-483.01-380.69)	0.631
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.2 (-3.8-6.2)	-0.7 (-22.3-21.0)	0.864
拡張期血圧値, mmHg	2.5 (0.0-4.9)	2.2 (-8.6-13.0)	0.961
体重, kg	-0.1 (-0.9-0.7)	-0.5 (-3.9-3.0)	0.824
LDL コレステロール, mg/dL	0.6 (-4.0-5.3)	4.9 (-14.9-24.7)	0.672
HDL コレステロール, mg/dL	1.6 (-0.9-4.1)	3.9 (-6.8-14.5)	0.676
中性脂肪, mg/dL	1.3 (-8.6-11.3)	4.0 (-38.4-46.4)	0.903
血糖値, mg/dL	-0.5 (-3.4-2.5)	0.8 (-11.0-12.5)	0.839
HbA1c, %	-0.07 (-0.18-0.03)	0.02 (-0.38-0.41)	0.665
塩分チェックシート点数	-1.5 (-2.3--0.7)	0.3 (-2.9-3.5)	0.280

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「1 2. 日本高血圧学会減塩食品リストに掲載された商品を利用している」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 45. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「13. 1日1杯(200cc)以上食塩無添加の野菜ジュースを飲む」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

	1 3. 1 日 1 杯 (200cc) 以上食塩無添加の野菜ジュースを飲む		P 値
有効性評価項目	いいえ, n=50	はい, n=9	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.44 (-1.39-0.50)	0.28 (-2.03-2.60)	0.568
推定一日食塩摂取, g/日	-0.32 (-0.86-0.22)	0.88 (-0.45-2.20)	0.104
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	40.54 (-41.34-122.43)	28.72 (-171.69-229.12)	0.914
推定一日 K 摂取量, mg/日	52.65 (-53.69-158.99)	37.29 (-222.97-297.56)	0.914
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.5 (-3.9-6.8)	-0.7 (-13.7-12.4)	0.767
拡張期血圧値, mmHg	2.8 (0.1-5.4)	0.7 (-5.8-7.1)	0.553
体重, kg	-0.2 (-1.0-0.7)	0.4 (-1.6-2.5)	0.579
LDL コレステロール, mg/dL	1.3 (-3.7-6.3)	-1.6 (-13.5-10.3)	0.661
HDL コレステロール, mg/dL	2.2 (-0.5-4.8)	-1.0 (-7.3-5.4)	0.368
中性脂肪, mg/dL	-2.6 (-12.9-7.7)	23.1 (-1.6-47.8)	0.063
血糖値, mg/dL	-0.9 (-4.3-2.4)	1.2 (-4.6-7.0)	0.530
HbA1c, %	-0.06 (-0.17-0.05)	-0.09 (-0.33-0.14)	0.790
塩分チェックシート点数	-1.6 (-2.4--0.8)	-0.3 (-2.3-1.8)	0.243

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群: 同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「13. 1日1杯(200cc)以上食塩無添加の野菜ジュースを飲む」の「はい」グループが10人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 46. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「14. 外食・中食の際は、スマートミールの認証が取れている店舗を利用する」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

1 4 . 外食・中食の際は、スマートミールの認証が取れている店舗を利用する			
有効性評価項目	いいえ, n=57	はい, n=2	P 値
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.48 (-1.34-0.37)	4.05 (-0.53-8.63)	0.056
推定一日食塩摂取, g/日	-0.26 (-0.74-0.23)	3.17 (0.55-5.78)	0.013
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	36.88 (-39.13-112.88)	91.82 (-316.48-500.11)	0.792
推定一日 K 摂取量, mg/日	47.89 (-50.82-146.60)	119.24 (-411.01-649.49)	0.792
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	2.0 (-2.8-6.8)	-23.6 (-49.3-2.0)	0.054
拡張期血圧値, mmHg	2.9 (0.6-5.3)	-11.6 (-24.2-1.0)	0.027
体重, kg	-0.1 (-0.9-0.7)	0.6 (-3.6-4.8)	0.736
LDL コレステロール, mg/dL	0.9 (-3.7-5.5)	-0.2 (-24.4-24.1)	0.932
HDL コレステロール, mg/dL	1.6 (-0.8-4.1)	2.8 (-10.2-15.9)	0.859
中性脂肪, mg/dL	-0.1 (-9.7-9.5)	43.2 (-7.5-93.9)	0.099
血糖値, mg/dL	-0.5 (-3.4-2.5)	2.0 (-14.3-18.3)	0.759
HbA1c, %	-0.07 (-0.17-0.04)	-0.07 (-0.55-0.42)	1.000
塩分チェックシート点数	-1.4 (-2.2--0.7)	-0.3 (-4.2-3.7)	0.559

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「14. 外食・中食の際は、スマートミールの認証が取れている店舗を利用する」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 47. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「15. めん類の汁やスープを残す」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	1 5 . めん類の汁やスープを残す		P 値
	いいえ, n=34	はい, n=11	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.44 (-1.70-0.82)	0.30 (-2.22-2.83)	0.626
推定一日食塩摂取, g/日	-0.08 (-0.79-0.63)	-0.19 (-1.60-1.23)	0.901
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	61.40 (-21.58-144.38)	1.93 (-164.25-168.11)	0.551
推定一日 K 摂取量, mg/日	79.74 (-28.03-187.51)	2.51 (-213.32-218.33)	0.551
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.5 (-3.5-6.4)	4.1 (-5.7-14.0)	0.651
拡張期血圧値, mmHg	2.5 (-0.7-5.6)	2.5 (-3.8-8.8)	0.986
体重, kg	0.1 (-0.7-1.0)	0.2 (-1.6-2.0)	0.963
LDL コレステロール, mg/dL	-2.5 (-8.5-3.5)	14.6 (2.7-26.6)	0.022
HDL コレステロール, mg/dL	0.1 (-3.5-3.7)	4.4 (-2.7-11.6)	0.316
中性脂肪, mg/dL	9.3 (-3.4-22.1)	-7.1 (-32.6-18.5)	0.288
血糖値, mg/dL	0.4 (-1.4-2.1)	-0.3 (-3.7-3.1)	0.738
HbA1c, %	-0.07 (-0.16-0.02)	-0.05 (-0.23-0.13)	0.868
塩分チェックシート点数	-1.3 (-2.5--0.2)	-1.7 (-3.9-0.5)	0.790

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 48. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「16. 味見をせずにむやみに調味料をかけない」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	16. 味見をせずにむやみに調味料をかけない		P 値
	いいえ, n=37	はい, n=8	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.13 (-1.30-1.04)	-0.85 (-3.73-2.02)	0.653
推定一日食塩摂取, g/日	-0.08 (-0.74-0.58)	-0.22 (-1.83-1.39)	0.875
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	34.93 (-42.02-111.87)	102.07 (-87.10-291.24)	0.529
推定一日 K 摂取量, mg/日	45.36 (-54.58-145.29)	132.56 (-113.12-378.23)	0.529
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.7 (-3.8-5.2)	8.6 (-2.4-19.5)	0.209
拡張期血圧値, mmHg	2.1 (-0.8-5.0)	4.3 (-2.9-11.5)	0.580
体重, kg	0.1 (-0.7-1.0)	0.3 (-1.7-2.3)	0.896
LDL コレステロール, mg/dL	-0.4 (-6.3-5.5)	11.2 (-3.2-25.6)	0.158
HDL コレステロール, mg/dL	0.2 (-3.1-3.4)	5.8 (-2.2-13.9)	0.217
中性脂肪, mg/dL	7.2 (-4.8-19.1)	-3.1 (-32.6-26.3)	0.536
血糖値, mg/dL	0.8 (-0.6-2.2)	-3.4 (-7.4-0.6)	0.062
HbA1c, %	-0.07 (-0.15-0.01)	-0.05 (-0.25-0.16)	0.838
塩分チェックシート点数	-1.2 (-2.3--0.2)	-2.2 (-4.9-0.4)	0.499

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 49. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「17. 1日3杯は日本茶、コーヒー、紅茶などのカリウムを多く含む飲料を飲む。（無糖）」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

	17. 1日3杯は日本茶、コーヒー、紅茶などのカリウムを多く含む飲料を飲む。(無糖)		P 値
有効性評価項目	いいえ, n=36	はい, n=9	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.20 (-1.41-1.00)	-0.46 (-3.25-2.33)	0.873
推定一日食塩摂取, g/日	-0.18 (-0.85-0.49)	0.19 (-1.37-1.74)	0.684
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	15.23 (-61.53-91.99)	173.39 (-4.06-350.84)	0.129
推定一日 K 摂取量, mg/日	19.78 (-79.90-119.47)	225.18 (-5.28-455.63)	0.129
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.9 (-3.8-5.5)	7.1 (-3.7-17.8)	0.319
拡張期血圧値, mmHg	2.8 (-0.2-5.8)	1.0 (-5.9-8.0)	0.652
体重, kg	0.3 (-0.6-1.1)	-0.3 (-2.3-1.6)	0.593
LDL コレステロール, mg/dL	1.1 (-5.1-7.4)	3.9 (-10.5-18.2)	0.742
HDL コレステロール, mg/dL	1.0 (-2.4-4.5)	1.7 (-6.3-9.7)	0.884
中性脂肪, mg/dL	2.2 (-10.0-14.4)	17.9 (-10.4-46.1)	0.339
血糖値, mg/dL	0.2 (-1.6-1.9)	0.3 (-3.5-4.2)	0.935
HbA1c, %	-0.08 (-0.16-0.01)	-0.03 (-0.23-0.17)	0.695
塩分チェックシート点数	-1.6 (-2.7--0.5)	-0.7 (-3.1-1.6)	0.532

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 50. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「18. 酢や香辛料を積極的に使用する」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	18. 酢や香辛料を積極的に使用する		P 値
	いいえ, n=51	はい, n=8	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.26 (-1.20-0.67)	-0.76 (-3.20-1.67)	0.705
推定一日食塩摂取, g/日	-0.11 (-0.65-0.44)	-0.35 (-1.78-1.07)	0.752
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	49.43 (-31.08-129.93)	-29.39 (-238.97-180.18)	0.489
推定一日 K 摂取量, mg/日	64.19 (-40.36-168.74)	-38.17 (-310.34-234.00)	0.489
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.4 (-4.9-5.6)	6.1 (-7.6-19.7)	0.442
拡張期血圧値, mmHg	2.2 (-0.4-4.8)	3.8 (-3.0-10.6)	0.674
体重, kg	-0.1 (-1.0-0.7)	0.1 (-2.1-2.2)	0.888
LDL コレステロール, mg/dL	0.5 (-4.3-5.4)	3.1 (-10.5-16.8)	0.721
HDL コレステロール, mg/dL	1.6 (-1.0-4.2)	2.5 (-4.8-9.8)	0.809
中性脂肪, mg/dL	0.9 (-9.5-11.3)	5.6 (-23.6-34.7)	0.767
血糖値, mg/dL	-0.6 (-3.6-2.5)	1.4 (-8.3-11.2)	0.688
HbA1c, %	-0.09 (-0.19-0.02)	0.06 (-0.23-0.35)	0.369
塩分チェックシート点数	-1.4 (-2.3--0.6)	-1.0 (-3.2-1.1)	0.717

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「18. 酢や香辛料を積極的に使用する」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 51. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「19. 1日コップ1杯（200cc）牛乳を飲む」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	19. 1日コップ1杯（200cc）牛乳を飲む		P 値
	いいえ, n=34	はい, n=11	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.01 (-1.23-1.21)	-1.02 (-3.36-1.32)	0.465
推定一日食塩摂取, g/日	-0.09 (-0.78-0.59)	-0.15 (-1.47-1.17)	0.943
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	56.35 (-24.53-137.24)	17.53 (-137.75-172.80)	0.672
推定一日 K 摂取量, mg/日	73.19 (-31.86-178.23)	22.76 (-178.90-224.42)	0.672
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.2 (-4.4-4.8)	8.0 (-0.9-16.9)	0.145
拡張期血圧値, mmHg	1.7 (-1.3-4.7)	4.9 (-1.0-10.7)	0.359
体重, kg	0.4 (-0.5-1.2)	-0.5 (-2.1-1.1)	0.360
LDL コレステロール, mg/dL	0.0 (-6.3-6.3)	6.8 (-5.2-18.8)	0.340
HDL コレステロール, mg/dL	1.2 (-2.4-4.7)	1.2 (-5.6-7.9)	0.995
中性脂肪, mg/dL	8.4 (-4.1-20.8)	-4.0 (-28.0-19.9)	0.383
血糖値, mg/dL	0.7 (-1.1-2.5)	-1.0 (-4.2-2.2)	0.383
HbA1c, %	-0.06 (-0.15-0.02)	-0.08 (-0.25-0.09)	0.864
塩分チェックシート点数	-1.5 (-2.6--0.4)	-1.2 (-3.5-1.1)	0.837

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 52. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「20. みそ汁は1日1杯以内とする」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	20. みそ汁は1日1杯以内とする		P 値
	いいえ, n=38	はい, n=7	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.15 (-1.28-0.98)	-0.83 (-3.74-2.08)	0.669
推定一日食塩摂取, g/日	-0.14 (-0.77-0.50)	0.07 (-1.55-1.70)	0.811
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	38.70 (-35.95-113.34)	91.19 (-100.39-282.76)	0.618
推定一日 K 摂取量, mg/日	50.26 (-46.68-147.20)	118.43 (-130.37-367.22)	0.618
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	1.8 (-2.6-6.2)	3.8 (-7.5-15.2)	0.743
拡張期血圧値, mmHg	1.9 (-0.9-4.7)	5.3 (-1.8-12.5)	0.392
体重, kg	0.1 (-0.7-0.9)	0.4 (-1.6-2.4)	0.792
LDL コレステロール, mg/dL	0.9 (-4.9-6.7)	5.8 (-9.1-20.8)	0.550
HDL コレステロール, mg/dL	1.0 (-2.2-4.3)	1.9 (-6.5-10.2)	0.853
中性脂肪, mg/dL	6.6 (-5.0-18.2)	-1.5 (-31.4-28.3)	0.619
血糖値, mg/dL	0.0 (-1.5-1.5)	1.3 (-2.7-5.3)	0.540
HbA1c, %	-0.07 (-0.15-0.01)	-0.05 (-0.26-0.15)	0.895
塩分チェックシート点数	-1.6 (-2.6--0.6)	-0.4 (-3.1-2.3)	0.407

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 53. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「2 1. 低塩タイプの調味料を使う」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	2 1. 低塩タイプの調味料を使う		P 値
	いいえ, n=54	はい, n=5	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.35 (-1.26-0.56)	-0.10 (-3.18-2.98)	0.874
推定一日食塩摂取, g/日	-0.13 (-0.66-0.40)	-0.28 (-2.08-1.52)	0.871
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	35.21 (-43.09-113.52)	76.84 (-188.39-342.06)	0.765
推定一日 K 摂取量, mg/日	45.73 (-55.97-147.42)	99.79 (-244.66-444.24)	0.765
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.4 (-4.7-5.4)	9.3 (-7.8-26.4)	0.320
拡張期血圧値, mmHg	2.1 (-0.5-4.6)	6.6 (-1.9-15.1)	0.309
体重, kg	-0.2 (-1.0-0.7)	0.5 (-2.3-3.2)	0.663
LDL コレステロール, mg/dL	2.9 (-1.5-7.2)	-20.0 (-34.6--5.4)	0.004
HDL コレステロール, mg/dL	2.1 (-0.4-4.7)	-3.1 (-11.4-5.3)	0.241
中性脂肪, mg/dL	0.2 (-9.9-10.3)	14.4 (-19.2-48.0)	0.425
血糖値, mg/dL	-0.7 (-3.7-2.4)	1.5 (-6.6-9.6)	0.616
HbA1c, %	-0.07 (-0.18-0.04)	-0.05 (-0.40-0.31)	0.906
塩分チェックシート点数	-1.2 (-2.0--0.5)	-2.9 (-5.4--0.4)	0.221

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「2 1. 低塩タイプの調味料を使う」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 54. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「2 2. 大量に出にくいしょうゆさしを使用する」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	2 2. 大量に出にくいしょうゆさしを使用する		P 値
	いいえ, n=51	はい, n=8	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.50 (-1.43-0.42)	0.76 (-1.62-3.14)	0.327
推定一日食塩摂取, g/日	-0.21 (-0.75-0.34)	0.30 (-1.10-1.69)	0.506
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	43.06 (-37.51-123.64)	11.17 (-195.62-217.97)	0.776
推定一日 K 摂取量, mg/日	55.93 (-48.72-160.57)	14.51 (-254.05-283.07)	0.776
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	0.7 (-4.6-5.9)	4.2 (-9.3-17.6)	0.631
拡張期血圧値, mmHg	2.5 (-0.1-5.1)	1.9 (-4.8-8.6)	0.855
体重, kg	-0.2 (-1.0-0.6)	0.6 (-1.5-2.8)	0.457
LDL コレステロール, mg/dL	1.1 (-3.8-6.0)	-0.6 (-12.9-11.7)	0.799
HDL コレステロール, mg/dL	2.3 (-0.3-4.9)	-2.3 (-8.8-4.3)	0.197
中性脂肪, mg/dL	-0.6 (-11.0-9.8)	13.9 (-12.2-40.0)	0.307
血糖値, mg/dL	-1.3 (-4.2-1.7)	5.6 (-2.3-13.5)	0.111
HbA1c, %	-0.06 (-0.17-0.05)	-0.08 (-0.35-0.18)	0.892
塩分チェックシート点数	-1.3 (-2.1--0.5)	-2.3 (-4.5-0.1)	0.430

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「2 2. 大量に出にくいしょうゆさしを使用する」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 55. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：

設定した目標の種類「23. 香りの強い野菜を積極的に利用する」（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	23. 香りの強い野菜を積極的に利用する		P 値
	いいえ, n=55	はい, n=4	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.37 (-1.27-0.52)	0.27 (-3.16-3.70)	0.718
推定一日食塩摂取, g/日	-0.20 (-0.72-0.33)	0.62 (-1.37-2.61)	0.433
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	45.47 (-31.81-122.75)	-53.80 (-348.34-240.73)	0.518
推定一日 K 摂取量, mg/日	59.05 (-41.31-159.42)	-69.87 (-452.38-312.64)	0.518
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-0.5 (-5.3-4.3)	23.6 (5.4-41.8)	0.013
拡張期血圧値, mmHg	2.1 (-0.4-4.5)	7.6 (-1.8-17.0)	0.262
体重, kg	-0.1 (-0.9-0.7)	-0.3 (-3.3-2.8)	0.918
LDL コレステロール, mg/dL	0.7 (-4.0-5.3)	4.2 (-16.1-24.5)	0.737
HDL コレステロール, mg/dL	1.4 (-1.0-3.9)	6.0 (-4.9-16.9)	0.416
中性脂肪, mg/dL	0.7 (-9.2-10.6)	15.3 (-28.1-58.7)	0.515
血糖値, mg/dL	-1.1 (-3.7-1.5)	20.8 (5.4-36.1)	0.008
HbA1c, %	-0.07 (-0.18-0.03)	0.01 (-0.40-0.41)	0.701
塩分チェックシート点数	-1.5 (-2.3--0.7)	0.4 (-2.7-3.6)	0.240

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「いいえ」グループにおける介入効果に対する、「はい」グループにおける介入効果を検定。

設定した目標の種類「23. 香りの強い野菜を積極的に利用する」の「はい」グループが 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

表 56. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：塩分チェックの点数（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	塩分チェックの点数			傾向 P 値
	0 点, n=24	1-10 点, n=15	11-20 点, n=20	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.19 (-1.44-1.83)	-0.18 (-2.03-1.67)	-0.50 (-2.14-1.15)	0.592
推定一日食塩摂取, g/日	-0.15 (-1.08-0.78)	-0.51 (-1.56-0.54)	0.03 (-0.90-0.96)	0.722
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-124.38 (-264.52-15.76)	79.41 (-79.01-237.83)	93.08 (-47.36-233.51)	0.074
推定一日 K 摂取量, mg/日	-161.53 (-343.53-20.47)	103.13 (-102.61-308.87)	120.88 (-61.51-303.26)	0.074
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-4.6 (-11.6-2.5)	4.6 (-3.4-12.5)	2.7 (-4.4-9.8)	0.262
拡張期血圧値, mmHg	0.5 (-3.6-4.7)	4.6 (-0.1-9.3)	1.5 (-2.7-5.6)	0.928
体重, kg	-1.1 (-2.3-0.0)	-0.6 (-2.0-0.7)	0.9 (-0.3-2.0)*	0.029
LDL コレステロール, mg/dL	-0.9 (-9.2-7.4)	-3.9 (-13.2-5.5)	4.8 (-3.5-13.0)	0.302
HDL コレステロール, mg/dL	1.8 (-3.4-7.1)	3.2 (-2.7-9.1)	-0.2 (-5.4-5.0)	0.540
中性脂肪, mg/dL	-8.0 (-25.6-9.7)	-1.2 (-21.2-18.8)	12.5 (-5.2-30.2)	0.130
血糖値, mg/dL	-4.7 (-8.9--0.5)	-1.8 (-6.2-2.6)	-0.2 (-4.9-4.4)	0.237
HbA1c, %	-0.16 (-0.30--0.03)	-0.22 (-0.37--0.07)	-0.12 (-0.25-0.02)	0.552
塩分チェックシート点数	-0.7 (-2.4-0.9)	-3.0 (-5.1--1.0)	-1.4 (-3.1-0.2)	0.765

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05, †<0.01, ‡<0.001)：「0 点」グループにおける介入効果に対する、「3-10 点」または「11-20 点」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：ナトカリ手帳アプリ使用における塩分チェックの点数と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 57. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：カリウムチェックの点数（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	カリウムチェックの点数			傾向 P 値
	0 点, n=26	1-14 点, n=16	15-56 点, n=17	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.78 (-2.19-0.62)	1.32 (-0.48-3.12)	-0.52 (-2.26-1.23)	0.748
推定一日食塩摂取, g/日	-0.66 (-1.42-0.11)	1.00 (0.01-1.98)*	-0.57 (-1.52-0.39)	0.778
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-15.17 (-142.99-112.65)	94.26 (-69.60-258.12)	-61.54 (-220.31-97.23)	0.735
推定一日 K 摂取量, mg/日	-19.70 (-185.70-146.30)	122.42 (-90.39-335.23)	-79.92 (-286.12-126.27)	0.735
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-5.2 (-10.9-0.5)	-2.3 (-9.6-5.0)	11.0 (3.9-18.0)†	0.002
拡張期血圧値, mmHg	-0.3 (-3.9-3.3)	1.5 (-3.1-6.1)	5.6 (1.1-10.0)	0.063
体重, kg	-1.0 (-2.1-0.1)	-0.2 (-1.6-1.2)	0.5 (-0.9-1.8)	0.123
LDL コレステロール, mg/dL	-1.7 (-9.1-5.8)	0.0 (-9.6-9.5)	3.5 (-5.7-12.8)	0.418
HDL コレステロール, mg/dL	-1.4 (-5.9-3.1)	5.6 (-0.1-11.4)	2.1 (-3.5-7.6)	0.331
中性脂肪, mg/dL	0.5 (-15.6-16.5)	6.5 (-14.1-27.0)	-4.4 (-24.3-15.6)	0.755
血糖値, mg/dL	-3.1 (-6.8-0.6)	-1.5 (-5.8-2.8)	-3.1 (-7.6-1.4)	0.974
HbA1c, %	-0.16 (-0.28--0.04)	-0.16 (-0.32--0.01)	-0.17 (-0.32--0.02)	0.898
塩分チェックシート点数	-1.9 (-3.5--0.3)	-0.5 (-2.4-1.3)	-1.8 (-3.7-0.0)	0.882

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05, †<0.01, ‡<0.001)：「0 点」グループにおける介入効果に対する、「6-14 点」または「15-56 点」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：ナトカリ手帳アプリ使用におけるカリウムチェックの点数と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 58. ナトカリ手帳アプリ使用における介入効果（多変量解析）：尿ナトカリ比検査実施回数（ナトカリ手帳アプリ集積データによる）

有効性評価項目	尿ナトカリ比検査実施回数		P 値
	1 回, n=3	2 回以上, n=1※1	
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-1.11 (-4.26-2.03)		0.946
推定一日食塩摂取, g/日	-1.80 (-6.30-2.69)		0.396
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	10.58 (-115.36-136.52)		0.090
推定一日 K 摂取量, mg/日	13.74 (-149.82-177.30)		0.090
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	5.0 (-31.1-41.1)		0.579
拡張期血圧値, mmHg	1.3 (-12.4-15.0)		0.963
体重, kg	2.1 (-6.4-10.7)		0.526
LDL コレステロール, mg/dL	12.7 (-36.7-62.0)		0.928
HDL コレステロール, mg/dL	-12.3 (-31.0-6.3)		0.219
中性脂肪, mg/dL	29.3 (-32.8-91.5)		0.648
血糖値, mg/dL	2.0 (-10.7-14.7)		0.333
HbA1c, %	0.07 (-0.45-0.58)		0.560
塩分チェックシート点数	-3.7 (-13.1-5.7)		0.324

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値：「0 回」グループにおける介入効果に対する、「2 回以上」グループにおける介入効果を検定。

アプリによる「尿ナトカリ比_合計実施回数」への入力があった者を解析対象者とし、該当者が 10 人未満であったため、性・年齢をのみ調整し解析した。

※1：解析対象者が 1 名であり個人の値となるため表記せず。

表 59. 繰り返し尿検査実施における介入効果（多変量解析）：繰り返し尿検査実施状況（2022 年度問診による）

有効性評価項目	繰り返し尿検査実施回数			傾向 P 値
	0 回, n=1608	1 回, n=1012	2 回以上, n=205	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.04 (-0.09-0.17)	-0.02 (-0.19-0.15)	-0.53 (-0.91--0.16)†	0.026
推定一日食塩摂取, g/日	-0.06 (-0.17-0.05)	-0.12 (-0.25-0.02)	-0.12 (-0.42-0.18)	0.527
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-17.69 (-32.59--2.79)	-22.40 (-41.17--3.63)	45.73 (4.05-87.40)†	0.094
推定一日 K 摂取量, mg/日	-22.97 (-42.32--3.63)	-29.09 (-53.46--4.72)	59.38 (5.26-113.51)†	0.094
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-0.4 (-1.1-0.2)	-1.7 (-2.6--0.9)*	-1.7 (-3.6-0.2)	0.028
拡張期血圧値, mmHg	0.8 (0.3-1.2)	0.3 (-0.2-0.9)	-0.5 (-1.7-0.7)	0.043
体重, kg	-0.1 (-0.2-0.0)	-0.1 (-0.2-0.1)	0.1 (-0.3-0.4)	0.605
LDL コレステロール, mg/dL	-0.5 (-1.5-0.4)	-2.1 (-3.3--0.9)*	-3.4 (-6.0--0.7)*	0.011
HDL コレステロール, mg/dL	0.6 (0.3-1.0)	0.4 (-0.1-0.8)	0.9 (-0.2-1.9)	0.823
中性脂肪, mg/dL	-1.1 (-4.2-1.9)	-3.4 (-7.3-0.5)	-8.4 (-16.9-0.2)	0.112
血糖値, mg/dL	-0.2 (-0.8-0.5)	-0.4 (-1.2-0.5)	-0.1 (-2.0-1.7)	0.860
HbA1c, %	-0.03 (-0.05--0.02)	-0.03 (-0.05--0.01)	-0.04 (-0.08-0.00)	0.939
塩分チェックシート点数	-0.6 (-0.8--0.5)	-0.5 (-0.7--0.3)	-1.1 (-1.5--0.6)	0.545

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05, †<0.01, ‡<0.001)：「0 回」グループにおける介入効果に対する、「1 回」また「2 回以上」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：繰り返し尿検査実施回数と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

繰り返し尿検査実施状況については、質問票の質問「昨年度の健診以後、食塩・カリウムやその比（ナトカリ比）を調べる尿検査を受けましたか。」において、「受けていない」と回答した者は「0 回」、「1 回」と回答した者を「1 回」、「2 回以上受けた」と回答した者を「2 回以上」とした。

表 60. 食環境整備：減塩食品販売品目数の変化率と介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	減塩食品販売品目数の変化率				傾向 P 値
	0%未満	0-10%	10-20%	20%以上	
	N=187	N=451	N=1224	N=359	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	-0.18 (-0.56-0.20)	0.11 (-0.13-0.35)	-0.09 (-0.23-0.06)	0.10 (-0.17-0.37)	0.380
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.10 (-0.41-0.21)	-0.02 (-0.22-0.17)	-0.21 (-0.33--0.09)	0.04 (-0.18-0.26)	0.383
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	18.05 (-22.93-59.03)	-8.71 (-34.68-17.26)	-32.75 (-48.45--17.06)*	-2.08 (-31.25-27.10)	0.947
推定一日 K 摂取量, mg/日	23.45 (-29.77-76.67)	-11.31 (-45.04-22.42)	-42.54 (-62.92--22.15)*	-2.69 (-40.58-35.19)	0.947
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	1.2 (-1.0-3.4)	-1.2 (-2.6-0.2)	-0.9 (-1.7-0.0)	-1.1 (-2.6-0.5)	0.330
拡張期血圧値, mmHg	0.4 (-1.0-1.7)	1.6 (0.7-2.5)	-0.3 (-0.8-0.2)	-1.2 (-2.2--0.2)	0.002
体重, kg	-0.6 (-0.9--0.3)	-0.3 (-0.5--0.1)	-0.4 (-0.5--0.3)	-0.3 (-0.5--0.1)	0.324
LDL コレステロール値, mg/dL	-5.9 (-8.8--3.1)	4.8 (2.9-6.6)‡	-2.8 (-3.9--1.7)*	-6.0 (-8.0--3.9)	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	-0.1 (-1.2-1.0)	1.7 (1.0-2.4)†	1.2 (0.8-1.7)*	0.6 (-0.2-1.4)	0.620
中性脂肪値, mg/dL	-5.5 (-13.6-2.6)	1.7 (-3.4-6.8)	-0.6 (-3.7-2.5)	-2.2 (-8.0-3.5)	0.902
血糖値, mg/dL	-0.3 (-1.9-1.2)	0.3 (-0.6-1.3)	0.2 (-0.4-0.8)	0.1 (-1.4-1.5)	0.854
HbA1c 値, %	0.05 (0.01-0.09)	-0.04 (-0.07--0.02)‡	-0.01 (-0.03-0.00)†	0.02 (-0.01-0.05)	0.266
塩分チェックシート点数	-0.9 (-1.6--0.2)	-0.7 (-1.0--0.4)	-0.7 (-0.9--0.5)	-0.6 (-1.0--0.3)	0.562

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05；†<0.01；‡<0.001）：「0%未満」グループにおける介入効果に対する「0-10%」「10-20%」「20%以上」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：減塩食品販売品目数の変化率と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

減塩食品販売品目数の変化率に基づくカテゴリー化：0%未満（自治体 A-10.4%、自治体 C-4.7%）、0%-10%（自治体 I 0.0%）、10%-20%（自治体 F 10.6%、自治体 G 12.2%）、20%以上（自治体 E 20.8%、自治体 D 43.6%）

表 61. 食環境整備：地域（自治体）における食物へのアクセスの整備と介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	VAS スコアの四分位				傾向 P 値
	Q1 N=1119	Q2 N=179	Q3 N=728	Q4 N=195	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	0.05 (-0.10-0.20)	-0.18 (-0.57-0.21)	-0.16 (-0.35-0.03)	0.18 (-0.19-0.54)	0.424
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.13 (-0.26--0.01)	-0.08 (-0.39-0.23)	-0.18 (-0.33--0.02)	0.10 (-0.20-0.39)	0.589
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-35.39 (-51.79--18.99)	25.28 (-16.42-66.98)†	-5.45 (-25.83-14.92)*	-11.99 (-51.43-27.44)	0.031
推定一日 K 摂取量, mg/日	-45.96 (-67.26--24.66)	32.83 (-21.33-86.99)†	-7.08 (-33.54-19.38)*	-15.57 (-66.79-35.64)	0.031
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	0.1 (-0.8-0.9)	1.3 (-0.9-3.5)	-2.8 (-3.9--1.8)‡	-0.2 (-2.3-1.9)	0.004
拡張期血圧値, mmHg	1.0 (0.5-1.6)	0.4 (-1.0-1.8)	-1.5 (-2.2--0.8)‡	-0.8 (-2.1-0.5)*	<0.001
体重, kg	-0.3 (-0.4--0.2)	-0.6 (-0.9--0.4)*	-0.5 (-0.6--0.3)	-0.2 (-0.5-0.0)	0.291
LDL コレステロール値, mg/dL	0.2 (-0.9-1.4)	-5.8 (-8.8--2.9)‡	-3.8 (-5.2--2.4)‡	-4.9 (-7.7--2.1)†	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	2.1 (1.6-2.5)	-0.2 (-1.4-0.9)‡	0.5 (-0.1-1.0)‡	-0.7 (-1.8-0.4)‡	<0.001
中性脂肪値, mg/dL	0.1 (-3.1-3.4)	-5.6 (-13.8-2.6)	-0.6 (-4.7-3.4)	-2.2 (-10.0-5.5)	0.592
血糖値, mg/dL	0.5 (-0.2-1.1)	-0.4 (-2.0-1.1)	-0.2 (-1.1-0.6)	0.2 (-1.4-1.7)	0.279
HbA1c 値, %	-0.01 (-0.02-0.01)	0.05 (0.01-0.09)†	-0.01 (-0.03-0.01)	-0.04 (-0.08--0.01)	0.286
塩分チェックシート点数	-0.7 (-0.9--0.4)	-0.8 (-1.6-0.0)	-0.7 (-1.0--0.5)	-0.6 (-1.1--0.1)	0.954

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05；†<0.01；‡<0.001）：Q1 グループにおける介入効果に対する Q2・Q3・Q4 グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：食物へのアクセスの整備と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

VAS スコアに基づくカテゴリー化：Q1（自治体 I[中央値]25.2、自治体 G 27.8）、Q2（自治体 C 38.5）、Q3（自治体 A 41.1、自治体 F 42.3、自治体 E 42.0）、Q4（自治体 D 73.6）

表 62. 食環境整備：地域（自治体）における情報へのアクセスの整備と介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	VAS スコアの四分位				傾向 P 値
	Q1 N=1119	Q2 N=556	Q3 N=172	Q4 N=374	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	0.05 (-0.10-0.21)	-0.22 (-0.43-0.00)*	0.01 (-0.38-0.40)	0.01 (-0.26-0.27)	0.682
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.13 (-0.26--0.01)	-0.21 (-0.39--0.04)	-0.05 (-0.37-0.26)	0.01 (-0.20-0.23)	0.266
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-35.38 (-51.78--18.97)	-7.81 (-31.22-15.60)	2.74 (-39.42-44.90)	5.55 (-23.04-34.14)*	0.006
推定一日 K 摂取量, mg/日	-45.95 (-67.25--24.64)	-10.14 (-40.55-20.26)	3.56 (-51.20-58.31)	7.21 (-29.92-44.33)*	0.006
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	0.1 (-0.8-0.9)	-3.1 (-4.3--1.8)‡	-2.0 (-4.3-0.2)	0.5 (-1.0-2.0)	0.766
拡張期血圧値, mmHg	1.0 (0.5-1.6)	-1.5 (-2.2--0.7)‡	-1.5 (-2.9--0.1)†	-0.2 (-1.2-0.7)*	0.001
体重, kg	-0.3 (-0.4--0.2)	-0.5 (-0.7--0.3)	-0.4 (-0.7--0.1)	-0.4 (-0.6--0.2)	0.191
LDL コレステロール値, mg/dL	0.2 (-0.9-1.4)	-2.7 (-4.4--1.1)†	-7.3 (-10.3--4.3)‡	-5.3 (-7.3--3.3)‡	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	2.1 (1.6-2.5)	-0.1 (-0.7-0.6)‡	2.3 (1.1-3.4)	-0.5 (-1.3-0.3)‡	<0.001
中性脂肪値, mg/dL	0.1 (-3.1-3.4)	-0.1 (-4.7-4.5)	-2.3 (-10.6-6.0)	-3.8 (-9.4-1.8)	0.222
血糖値, mg/dL	0.5 (-0.2-1.1)	-0.3 (-1.2-0.6)	0.1 (-3.6-3.8)	-0.1 (-1.2-0.9)	0.299
HbA1c 値, %	-0.01 (-0.02-0.01)	-0.04 (-0.07--0.02)†	0.10 (0.06-0.14)‡	0.00 (-0.03-0.03)	0.069
塩分チェックシート点数	-0.7 (-0.9--0.4)	-0.7 (-1.0--0.4)	-0.7 (-1.2--0.2)	-0.6 (-1.1--0.2)	0.961

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05；†<0.01；‡<0.001）：Q1 グループにおける介入効果に対する Q2・Q3・Q4 グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：情報へのアクセスの整備と介入効果について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

VAS スコアに基づくカテゴリー化：Q1（自治体 I[中央値]31.9、自治体 G 50.3）、Q2（自治体 F54.4）、Q3（自治体 A56.1、自治体 E 60.1）、Q4（自治体 C63.9、自治体 D 65.9）

表 63. 食環境整備：地域（自治体）における気運醸成の仕掛けと介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	VAS スコアの四分位				傾向 P 値
	Q1 N=1119	Q2 N=195	Q3 N=351	Q4 N=556	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	0.05 (-0.10-0.21)	0.18 (-0.19-0.54)	-0.08 (-0.36-0.19)	-0.21 (-0.43-0.00)*	0.042
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.13 (-0.26--0.01)	0.10 (-0.20-0.39)	-0.07 (-0.29-0.15)	-0.21 (-0.39--0.04)	0.584
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-35.32 (-51.72--18.92)	-11.90 (-51.34-27.53)	13.85 (-15.51-43.21)†	-7.91 (-31.32-15.49)	0.013
推定一日 K 摂取量, mg/日	-45.87 (-67.17--24.57)	-15.46 (-66.68-35.76)	17.98 (-20.14-56.11)†	-10.28 (-40.67-20.12)	0.013
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	0.1 (-0.8-1.0)	-0.2 (-2.3-1.9)	-0.4 (-1.9-1.2)	-3.1 (-4.3--1.9)‡	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	1.0 (0.5-1.6)	-0.8 (-2.1-0.5)*	-0.6 (-1.6-0.4)†	-1.5 (-2.3--0.7)‡	<0.001
体重, kg	-0.3 (-0.4--0.2)	-0.2 (-0.5-0.0)	-0.5 (-0.7--0.3)*	-0.5 (-0.7--0.3)*	0.023
LDL コレステロール値, mg/dL	0.2 (-0.9-1.4)	-4.9 (-7.7--2.1)†	-6.5 (-8.6--4.4)‡	-2.7 (-4.4--1.1)†	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	2.1 (1.6-2.5)	-0.7 (-1.8-0.4)‡	1.0 (0.2-1.8)*	-0.1 (-0.7-0.6)‡	<0.001
中性脂肪値, mg/dL	0.1 (-3.1-3.4)	-2.2 (-10.0-5.5)	-4.0 (-9.7-1.8)	-0.1 (-4.7-4.5)	0.668
血糖値, mg/dL	0.5 (-0.2-1.1)	0.2 (-1.4-1.7)	-0.4 (-1.8-1.1)	-0.3 (-1.2-0.6)	0.151
HbA1c 値, %	-0.01 (-0.02-0.01)	-0.04 (-0.08--0.01)	0.07 (0.05-0.10)‡	-0.04 (-0.07--0.02)†	0.503
塩分チェックシート点数	-0.7 (-0.9--0.4)	-0.6 (-1.1--0.1)	-0.7 (-1.2--0.3)	-0.7 (-1.0--0.4)	0.693

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値（*<0.05；†<0.01；‡<0.001）：Q1 グループにおける介入効果に対する Q2・Q3・Q4 グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：気運醸成の仕掛けと介入効果について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

VAS スコアに基づくカテゴリー化：Q1（自治体 I[中央値]31.0、自治体 G 49.6）、Q2（自治体 D 50.8）、Q3（自治体 A 56.4、自治体 C 64.8、自治体 E 67.0）、Q4（自治体 F 68.1）

表 64. 食環境整備：職域における食物へのアクセスの整備と介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	VAS スコア			傾向 P 値
	低 N=110	中 N=938	高 N=113	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.17 (-0.70-0.36)	-0.01 (-0.19-0.16)	-0.03 (-0.54-0.48)	0.719
推定一日食塩摂取量, g/日	0.03 (-0.43-0.49)	-0.01 (-0.16-0.14)	0.12 (-0.33-0.56)	0.775
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-0.20 (-66.39-65.98)	-9.03 (-30.73-12.66)	36.82 (-26.95-100.58)	0.403
推定一日 K 摂取量, mg/日	-0.26 (-86.22-85.69)	-11.73 (-39.91-16.44)	47.81 (-34.99-130.62)	0.403
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-2.9 (-5.1--0.8)	-2.1 (-2.8--1.4)	7.3 (5.2-9.3)‡	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	-1.0 (-2.6-0.6)	0.6 (0.1-1.1)	6.7 (5.2-8.3)‡	<0.001
体重, kg	-0.3 (-0.9-0.3)	0.5 (0.3-0.7)†	0.2 (-0.3-0.8)	0.216
LDL コレステロール値, mg/dL	-8.5 (-12.2--4.9)	-0.3 (-1.6-0.9)‡	1.9 (-1.7-5.4)‡	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	0.1 (-1.3-1.5)	-0.8 (-1.3--0.3)	2.0 (0.7-3.4)*	0.034
中性脂肪値, mg/dL	7.6 (-6.0-21.3)	-8.5 (-12.9--4.0)*	-2.9 (-16.0-10.3)	0.308
血糖値, mg/dL	-1.0 (-3.7-1.6)	-1.1 (-2.3-0.0)	NA	0.964
HbA1c 値, %	0.00 (-0.05-0.04)	-0.07 (-0.09--0.06)†	-0.02 (-0.06-0.03)	0.821
塩分チェックシート点数	-1.1 (-1.8--0.4)	-0.5 (-0.7--0.3)	0.0 (-0.7-0.6)*	0.028

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：低グループにおける介入効果に対する中・高グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：食物へのアクセスの整備と介入効果について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子(年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往)を調整。VAS スコアに基づくカテゴリー化：低（N 社[中央値]53.1）、中（L 社 68.2）、高（M 社 88.8）M 社の血糖値は 2022 年度が未測定であったため分析から除外した。

表 65. 食環境整備：職域における情報へのアクセスの整備と介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	VAS スコア			傾向 P 値
	低 N=110	中 N=938	高 N=113	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.17 (-0.70-0.36)	-0.01 (-0.19-0.16)	-0.03 (-0.54-0.48)	0.719
推定一日食塩摂取量, g/日	0.03 (-0.43-0.49)	-0.01 (-0.16-0.14)	0.12 (-0.33-0.56)	0.775
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-0.20 (-66.39-65.98)	-9.03 (-30.73-12.66)	36.82 (-26.95-100.58)	0.403
推定一日 K 摂取量, mg/日	-0.26 (-86.22-85.69)	-11.73 (-39.91-16.44)	47.81 (-34.99-130.62)	0.403
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-2.9 (-5.1--0.8)	-2.1 (-2.8--1.4)	7.3 (5.2-9.3)‡	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	-1.0 (-2.6-0.6)	0.6 (0.1-1.1)	6.7 (5.2-8.3)‡	<0.001
体重, kg	-0.3 (-0.9-0.3)	0.5 (0.3-0.7)†	0.2 (-0.3-0.8)	0.216
LDL コレステロール値, mg/dL	-8.5 (-12.2--4.9)	-0.3 (-1.6-0.9)‡	1.9 (-1.7-5.4)‡	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	0.1 (-1.3-1.5)	-0.8 (-1.3--0.3)	2.0 (0.7-3.4)*	0.034
中性脂肪値, mg/dL	7.6 (-6.0-21.3)	-8.5 (-12.9--4.0)*	-2.9 (-16.0-10.3)	0.308
血糖値, mg/dL	-1.0 (-3.7-1.6)	-1.1 (-2.3-0.0)	NA	0.964
HbA1c 値, %	0.00 (-0.05-0.04)	-0.07 (-0.09--0.06)†	-0.02 (-0.06-0.03)	0.821
塩分チェックシート点数	-1.1 (-1.8--0.4)	-0.5 (-0.7--0.3)	0.0 (-0.7-0.6)*	0.028

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：低グループにおける介入効果に対する中・高グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：情報へのアクセスの整備と介入効果について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子(年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往)を調整。VAS スコアに基づくカテゴリー化：低（N 社[中央値]65.8）、中（L 社 72.2）、高（M 社 99.1）M 社の血糖値は 2022 年度が未測定であったため分析から除外した。

表 66. 食環境整備：職域における気運醸成の仕掛けと介入効果（多変量解析）

有効性評価項目	VAS スコア			傾向 P 値
	低 N=110	中 N=938	高 N=113	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	-0.17 (-0.70-0.36)	-0.01 (-0.19-0.16)	-0.03 (-0.54-0.48)	0.719
推定一日食塩摂取量, g/日	0.03 (-0.43-0.49)	-0.01 (-0.16-0.14)	0.12 (-0.33-0.56)	0.775
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-0.20 (-66.39-65.98)	-9.03 (-30.73-12.66)	36.82 (-26.95-100.58)	0.403
推定一日 K 摂取量, mg/日	-0.26 (-86.22-85.69)	-11.73 (-39.91-16.44)	47.81 (-34.99-130.62)	0.403
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-2.9 (-5.1--0.8)	-2.1 (-2.8--1.4)	7.3 (5.2-9.3)‡	<0.001
拡張期血圧値, mmHg	-1.0 (-2.6-0.6)	0.6 (0.1-1.1)	6.7 (5.2-8.3)‡	<0.001
体重, kg	-0.3 (-0.9-0.3)	0.5 (0.3-0.7)†	0.2 (-0.3-0.8)	0.216
LDL コレステロール値, mg/dL	-8.5 (-12.2--4.9)	-0.3 (-1.6-0.9)‡	1.9 (-1.7-5.4)‡	<0.001
HDL コレステロール値, mg/dL	0.1 (-1.3-1.5)	-0.8 (-1.3--0.3)	2.0 (0.7-3.4)*	0.034
中性脂肪値, mg/dL	7.6 (-6.0-21.3)	-8.5 (-12.9--4.0)*	-2.9 (-16.0-10.3)	0.308
血糖値, mg/dL	-1.0 (-3.7-1.6)	-1.1 (-2.3-0.0)	NA	0.964
HbA1c 値, %	0.00 (-0.05-0.04)	-0.07 (-0.09--0.06)†	-0.02 (-0.06-0.03)	0.821
塩分チェックシート点数	-1.1 (-1.8--0.4)	-0.5 (-0.7--0.3)	0.0 (-0.7-0.6)*	0.028

介入群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：低グループにおける介入効果に対する中・高グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：気運醸成の仕掛けと介入効果について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子(年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往)を調整。VAS スコアに基づくカテゴリー化：低 (N 社 [中央値]37.8)、中 (L 社 45.5)、高 (M 社 66.7) M 社の血糖値は 2022 年度が未測定であったため分析から除外した。

表 67-1. 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群を合わせた分析）（地域）

有効性評価項目	地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)			傾向 P 値
	気づかなかった・見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した	
	N=1308	N=787	N=1305	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.14 (-0.02-0.30)	0.07 (-0.13-0.27)	0.07 (-0.09-0.22)	0.527
推定一日食塩摂取, g/日	0.03 (-0.09-0.15)	-0.12 (-0.27-0.04)	-0.12 (-0.24-0.00)	0.106
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-23.75 (-40.63--6.86)	-28.30 (-49.77--6.82)	-32.24 (-49.07--15.42)	0.490
推定一日 K 摂取量, mg/日	-30.84 (-52.77--8.91)	-36.75 (-64.64--8.86)	-41.88 (-63.72--20.03)	0.490
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-0.7 (-1.5-0.1)	-0.5 (-1.6-0.5)	-0.7 (-1.5-0.1)	0.996
拡張期血圧値, mmHg	0.2 (-0.3-0.7)	-0.4 (-1.0-0.3)	-0.1 (-0.6-0.4)	0.452
体重, kg	-0.2 (-0.3--0.1)	-0.2 (-0.3-0.0)	-0.4 (-0.5--0.3)*	0.039
LDL コレステロール, mg/dL	-2.5 (-3.6--1.4)	-2.1 (-3.5--0.8)	-2.7 (-3.8--1.6)	0.745
HDL コレステロール, mg/dL	1.1 (0.7-1.5)	1.0 (0.4-1.5)	0.9 (0.4-1.3)	0.460
中性脂肪, mg/dL	1.0 (-2.4-4.4)	2.5 (-1.8-6.9)	-1.1 (-4.5-2.3)	0.393
血糖値, mg/dL	0.5 (-0.1-1.2)	-0.2 (-1.0-0.7)	0.2 (-0.4-0.9)	0.516
HbA1c, %	0.01 (-0.01-0.02)	0.00 (-0.02-0.03)	0.01 (-0.01-0.02)	0.995
塩分チェックシート点数	-0.5 (-0.7--0.3)	-0.5 (-0.7--0.2)	-0.6 (-0.7--0.4)	0.876

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 67-2. 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（地域）

有効性評価項目		地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入群 vs. 対照群)
		気づかなかった・見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した		
		介入群/対照群 N=867/441	介入群/対照群 N=472/315	介入群/対照群 N=799/506		
一次エンドポイント						
尿 Na/K 比	介入群	0.09 (-0.09-0.27)	0.01 (-0.23-0.24)	-0.15 (-0.33-0.04)	0.075	0.132
	対照群	0.27 (-0.04-0.57)	0.18 (-0.17-0.53)	0.37 (0.09-0.65)	0.596	
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	-0.02 (-0.16-0.12)	-0.15 (-0.34-0.04)	-0.24 (-0.38--0.09)*	0.044	0.387
	対照群	0.14 (-0.09-0.37)	-0.07 (-0.34-0.20)	0.05 (-0.16-0.26)	0.609	
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-28.22 (-47.15--9.29)	-18.97 (-44.20-6.26)	-15.79 (-35.38-3.81)	0.378	0.049
	対照群	-16.45 (-49.53-16.62)	-42.56 (-81.23--3.90)	-56.75 (-87.52--25.99)	0.086	
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-36.65 (-61.23--12.06)	-24.64 (-57.41-8.13)	-20.50 (-45.95-4.94)	0.378	0.049
	対照群	-21.37 (-64.32-21.59)	-55.28 (-105.49--5.06)	-73.71 (-113.67--33.75)	0.086	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

異質性 P 値：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 67-2 (続き) . 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（地域）

有効性評価項目		地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入群 vs.対照群)
		気づかなかった・ 見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した		
		介入群/対照群 N=867/441	介入群/対照群 N=472/315	介入群/対照群 N=799/506		
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-1.1 (-2.1--0.1)	-0.6 (-1.9-0.8)	-0.8 (-1.9-0.2)	0.731	0.598
	対照群	0.2 (-1.1-1.5)	-0.4 (-2.0-1.1)	-0.5 (-1.7-0.7)	0.477	
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.2 (-0.5-0.8)	-0.2 (-1.1-0.6)	0.0 (-0.7-0.6)	0.631	0.960
	対照群	0.1 (-0.7-1.0)	-0.5 (-1.5-0.5)	-0.2 (-1.0-0.6)	0.602	
体重, kg	介入群	-0.3 (-0.5--0.2)	-0.2 (-0.4--0.1)	-0.5 (-0.7--0.4)	0.058	0.990
	対照群	0.0 (-0.2-0.2)	-0.1 (-0.3-0.2)	-0.2 (-0.3-0.0)	0.170	
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.7 (-3.0--0.3)	-1.7 (-3.5-0.1)	-2.3 (-3.7--0.9)	0.548	0.596
	対照群	-4.1 (-6.0--2.2)	-2.7 (-4.9--0.5)	-3.5 (-5.3--1.7)	0.698	
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	1.0 (0.5-1.5)	1.3 (0.7-2.0)	1.2 (0.6-1.7)	0.720	0.218
	対照群	1.2 (0.5-1.9)	0.4 (-0.4-1.3)	0.4 (-0.3-1.1)	0.116	
中性脂肪, mg/dL	介入群	1.6 (-2.2-5.3)	-1.6 (-6.5-3.4)	-2.9 (-6.8-1.0)	0.107	0.437
	対照群	0.7 (-6.2-7.5)	8.3 (0.3-16.3)	1.3 (-5.1-7.6)	0.952	
血糖値, mg/dL	介入群	0.4 (-0.4-1.1)	0.1 (-0.9-1.1)	-0.1 (-0.9-0.7)	0.393	0.933
	対照群	0.9 (-0.4-2.1)	-0.3 (-1.8-1.1)	0.6 (-0.6-1.7)	0.769	
HbA1c, %	介入群	0.00 (-0.02-0.02)	-0.02 (-0.04-0.01)	-0.01 (-0.03-0.01)	0.376	0.340
	対照群	0.02 (-0.01-0.06)	0.03 (-0.01-0.07)	0.03 (0.00-0.07)	0.678	
塩分チェックシート点数	介入群	-0.6 (-0.8--0.3)	-0.7 (-1.0--0.4)	-0.8 (-1.1--0.6)	0.210	0.131
	対照群	-0.4 (-0.7--0.1)	-0.1 (-0.5-0.3)	-0.2 (-0.5-0.1)	0.345	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001) : 「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値: 地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。異質性 P 値: 地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(減塩食品や減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 68. 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(良塩くん・カリ菜ちゃんマークの提示)と介入効果（多変量解析）
（介入群のみ）（地域）

		地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(良塩くん・カリ菜ちゃんマークの提示)			
有効性評価項目		気づかなかった・見たことない N=1823	気づいたが利用しなかった N=193	気づいて利用した N=116	傾向 P 値
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	介入群	-0.03 (-0.16-0.09)	0.22 (-0.15-0.59)	-0.02 (-0.50-0.46)	0.505
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	-0.13 (-0.23--0.03)	-0.11 (-0.41-0.19)	-0.15 (-0.53-0.24)	0.991
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-21.96 (-34.73--9.18)	-55.78 (-95.09--16.47)	27.57 (-23.29-78.44)	0.448
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-28.51 (-45.11--11.92)	-72.44 (-123.50--21.39)	35.81 (-30.24-101.87)	0.448
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-0.9 (-1.6--0.2)	-0.6 (-2.7-1.5)	-1.6 (-4.3-1.1)	0.766
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.0 (-0.4-0.4)	0.4 (-1.0-1.7)	-0.6 (-2.3-1.1)	0.754
体重, kg	介入群	-0.4 (-0.5--0.3)	-0.1 (-0.4-0.2)*	-0.6 (-1.0--0.3)	0.903
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-2.0 (-2.9--1.1)	0.9 (-1.8-3.7)*	-4.0 (-7.6--0.5)	0.946
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	1.1 (0.8-1.5)	1.7 (0.6-2.8)	0.7 (-0.7-2.1)	0.972
中性脂肪, mg/dL	介入群	-0.9 (-3.4-1.7)	-2.6 (-10.4-5.1)	3.1 (-7.0-13.1)	0.678
血糖値, mg/dL	介入群	0.2 (-0.3-0.7)	0.4 (-1.1-1.9)	-1.3 (-3.5-0.8)	0.317
HbA1c, %	介入群	-0.01 (-0.02-0.00)	0.01 (-0.03-0.05)	-0.04 (-0.10-0.01)	0.504
塩分チェックシート点数	介入群	-0.6 (-0.8--0.5)	-0.9 (-1.4--0.4)	-1.4 (-2.0--0.8)*	0.017

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001): 「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値: 地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(良塩くん・カリ菜ちゃんマークの提示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 69-1. 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群を合わせた分析）（地域）

有効性評価項目	地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)			傾向 P 値
	気づかなかった・見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した	
	N=1539	N=678	N=1172	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.15 (0.01-0.30)	0.03 (-0.19-0.24)	0.07 (-0.10-0.23)	0.428
推定一日食塩摂取, g/日	-0.01 (-0.12-0.10)	-0.15 (-0.32-0.02)	-0.09 (-0.22-0.04)	0.347
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-29.65 (-45.08--14.22)	-35.52 (-58.58--12.46)	-23.37 (-41.09--5.66)	0.632
推定一日 K 摂取量, mg/日	-38.51 (-58.54--18.47)	-46.12 (-76.07--16.18)	-30.35 (-53.36--7.35)	0.632
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-0.6 (-1.4-0.1)	-0.7 (-1.8-0.4)	-0.7 (-1.5-0.2)	0.901
拡張期血圧値, mmHg	0.0 (-0.5-0.5)	-0.4 (-1.1-0.3)	0.1 (-0.5-0.6)	0.826
体重, kg	-0.2 (-0.3--0.1)	-0.1 (-0.3-0.0)	-0.4 (-0.5--0.3)*	0.018
LDL コレステロール, mg/dL	-2.3 (-3.3--1.3)	-1.8 (-3.3--0.3)	-3.1 (-4.2--2.0)	0.343
HDL コレステロール, mg/dL	1.1 (0.7-1.5)	1.2 (0.6-1.8)	0.7 (0.2-1.1)	0.174
中性脂肪, mg/dL	1.2 (-1.9-4.3)	2.4 (-2.3-7.0)	-1.5 (-5.0-2.1)	0.299
血糖値, mg/dL	0.3 (-0.3-0.9)	0.8 (-0.1-1.6)	0.0 (-0.7-0.7)	0.591
HbA1c, %	0.01 (-0.01-0.02)	0.02 (0.00-0.04)	0.00 (-0.02-0.02)	0.598
塩分チェックシート点数	-0.6 (-0.8--0.5)	-0.3 (-0.6-0.0)*	-0.5 (-0.7--0.3)	0.466

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 69-2. 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（地域）

有効性評価項目	地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入群 vs. 対照群)	
	気づかなかった・ 見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した			
	介入群/対照群 N=1076/463	介入群/対照群 N=370/308	介入群/対照群 N=686/486			
一次エンドポイント						
尿 Na/K 比	介入群	0.09 (-0.06-0.25)	0.04 (-0.22-0.31)	-0.22 (-0.42--0.02)*	0.018	0.059
	対照群	0.33 (0.03-0.62)	0.00 (-0.36-0.35)	0.45 (0.16-0.74)	0.542	
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	-0.08 (-0.20-0.05)	-0.10 (-0.31-0.12)	-0.24 (-0.40--0.08)	0.140	0.454
	対照群	0.16 (-0.06-0.38)	-0.21 (-0.48-0.06)*	0.11 (-0.11-0.33)	0.777	
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-33.89 (-50.68--17.10)	-24.43 (-52.82-3.97)	-1.38 (-22.46-19.70)*	0.021	0.018
	対照群	-21.77 (-53.94-10.40)	-48.68 (-87.68--9.68)	-52.63 (-83.96--21.30)	0.186	
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-44.01 (-65.82--22.21)	-31.72 (-68.60-5.16)	-1.79 (-29.17-25.58)*	0.021	0.018
	対照群	-28.27 (-70.05-13.51)	-63.22 (-113.87--12.57)	-68.35 (-109.04--27.66)	0.186	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

異質性 P 値：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 69-2 (続き) . 食環境整備：地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（地域）

		地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入群 vs. 対照群)
有効性評価項目		気づかなかった・ 見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した		
		介入群/対照群 N=1076/463	介入群/対照群 N=370/308	介入群/対照群 N=686/486		
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-0.8 (-1.7-0.1)	-0.4 (-1.9-1.2)	-1.4 (-2.5--0.2)	0.467	0.359
	対照群	-0.2 (-1.5-1.1)	-1.2 (-2.8-0.3)	0.2 (-1.1-1.4)	0.680	
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.0 (-0.5-0.6)	0.1 (-0.8-1.1)	-0.1 (-0.8-0.6)	0.800	0.380
	対照群	-0.1 (-1.0-0.7)	-1.0 (-2.0-0.0)	0.3 (-0.5-1.2)	0.433	
体重, kg	介入群	-0.3 (-0.4--0.2)	-0.2 (-0.4-0.0)	-0.6 (-0.7--0.4)†	0.012	0.799
	対照群	0.0 (-0.1-0.2)	-0.1 (-0.3-0.2)	-0.2 (-0.4-0.0)	0.096	
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.7 (-2.9--0.5)	-1.5 (-3.5-0.5)	-2.4 (-3.8--0.9)	0.542	0.962
	対照群	-3.7 (-5.6--1.9)	-2.1 (-4.3-0.1)	-4.2 (-6.0--2.4)	0.733	
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	1.3 (0.8-1.7)	1.5 (0.7-2.2)	0.8 (0.2-1.4)	0.272	0.665
	対照群	0.8 (0.1-1.5)	0.8 (0.0-1.7)	0.5 (-0.2-1.2)	0.584	
中性脂肪, mg/dL	介入群	1.3 (-2.0-4.6)	-1.7 (-7.3-3.9)	-3.5 (-7.7-0.6)	0.075	0.500
	対照群	1.8 (-5.0-8.5)	6.7 (-1.5-14.8)	1.3 (-5.3-7.8)	0.909	
血糖値, mg/dL	介入群	0.2 (-0.5-0.9)	1.0 (-0.1-2.1)	-0.4 (-1.3-0.4)	0.349	0.884
	対照群	0.6 (-0.5-1.8)	0.6 (-0.9-2.0)	0.2 (-0.9-1.4)	0.621	
HbA1c, %	介入群	0.00 (-0.02-0.02)	0.01 (-0.02-0.03)	-0.03 (-0.05--0.01)	0.083	0.215
	対照群	0.03 (-0.01-0.06)	0.04 (0.00-0.08)	0.03 (0.00-0.06)	0.850	
塩分チェックシート点数	介入群	-0.7 (-0.9--0.4)	-0.6 (-0.9--0.2)	-0.8 (-1.1--0.6)	0.340	0.065
	対照群	-0.5 (-0.8--0.2)	0.0 (-0.4-0.4)*	-0.2 (-0.5-0.1)	0.110	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001) : 「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値: 地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。異質性 P 値: 地域のスーパーマーケットや食料品店等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 70-1. 食環境整備：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果（多変量解析）（介入群・対照群を合わせた分析）（地域）

有効性評価項目	自治体広報やホームページ等での啓発			傾向 P 値
	気づかなかった・見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した	
	N=2160	N=421	N=338	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.09 (-0.03-0.22)	0.08 (-0.20-0.36)	0.40 (0.08-0.71)	0.133
推定一日食塩摂取, g/日	-0.07 (-0.16-0.03)	-0.01 (-0.23-0.20)	0.02 (-0.22-0.26)	0.462
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-30.03 (-43.27--16.80)	-11.26 (-41.27-18.75)	-57.44 (-91.06--23.82)	0.385
推定一日 K 摂取量, mg/日	-39.01 (-56.19--21.82)	-14.62 (-53.60-24.35)	-74.60 (-118.26--30.93)	0.385
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-0.5 (-1.1-0.1)	-1.2 (-2.6-0.2)	0.3 (-1.3-1.9)	0.628
拡張期血圧値, mmHg	0.1 (-0.3-0.5)	-0.2 (-1.1-0.7)	0.3 (-0.7-1.3)	0.907
体重, kg	-0.3 (-0.4--0.2)	-0.1 (-0.3-0.1)	-0.2 (-0.4-0.0)	0.251
LDL コレステロール, mg/dL	-2.3 (-3.1--1.4)	-0.8 (-2.7-1.1)	-4.0 (-6.1--1.9)	0.434
HDL コレステロール, mg/dL	1.1 (0.7-1.4)	0.6 (-0.1-1.4)	0.6 (-0.3-1.4)	0.173
中性脂肪, mg/dL	1.6 (-1.1-4.3)	-0.8 (-6.9-5.4)	-1.7 (-8.6-5.2)	0.302
血糖値, mg/dL	0.2 (-0.3-0.7)	0.5 (-0.6-1.7)	0.7 (-0.6-2.1)	0.408
HbA1c, %	0.01 (0.00-0.02)	0.02 (-0.01-0.05)	0.00 (-0.04-0.03)	0.850
塩分チェックシート点数	-0.5 (-0.7--0.4)	-0.6 (-1.0--0.3)	-0.5 (-0.8--0.1)	0.880

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 70-2. 食環境整備：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果（多変量解析）（介入群・対照群別の分析）（地域）

有効性評価項目	自治体広報やホームページ等での啓発				傾向 P 値	異質性 P 値（介入群 vs. 対照群）	
	気づかなかった・見たことない			気づいたが利用しなかった			気づいて利用した
	介入群/対照群 N=1393/767		介入群/対照群 N=248/173				
一次エンドポイント							
尿 Na/K 比	介入群	-0.01 (-0.15-0.14)		-0.15 (-0.48-0.19)	0.29 (-0.19-0.77)	0.558	0.927
	対照群	0.29 (0.06-0.52)		0.39 (-0.10-0.87)	0.43 (-0.01-0.87)		
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	-0.13 (-0.24--0.02)		-0.08 (-0.34-0.19)	-0.08 (-0.45-0.29)	0.679	0.992
	対照群	0.06 (-0.11-0.23)		0.07 (-0.29-0.44)	0.05 (-0.29-0.38)		
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-26.64 (-41.39--11.90)		12.61 (-22.41-47.63)*	-42.52 (-91.76-6.72)	0.614	0.360
	対照群	-36.99 (-62.47--11.51)		-44.70 (-98.39-8.98)	-64.07 (-112.92--15.22)		
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-34.60 (-53.75--15.45)		16.38 (-29.10-61.85)*	-55.22 (-119.17-8.73)	0.614	0.360
	対照群	-48.04 (-81.13--14.95)		-58.06 (-127.78-11.67)	-83.21 (-146.65--19.76)		

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

異質性 P 値：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 70-2 (続き) . 食環境整備：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果（多変量解析）（介入群・対照群別の分析）（地域）

有効性評価項目		自治体広報やホームページ等での啓発			傾向 P 値	異質性 P 値（介入群 vs. 対照群）
		気づかなかった・ 見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した		
		介入群/対照群 N=1393/767	介入群/対照群 N=248/173	介入群/対照群 N=126/212		
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-0.5 (-1.3-0.3)	-2.4 (-4.3--0.5)	0.4 (-2.3-3.0)	0.694	0.397
	対照群	-0.5 (-1.5-0.6)	0.5 (-1.6-2.6)	0.0 (-1.9-1.9)	0.556	
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.2 (-0.3-0.7)	-0.6 (-1.8-0.5)	0.8 (-0.9-2.4)	0.946	0.785
	対照群	-0.2 (-0.8-0.5)	0.4 (-1.0-1.8)	-0.1 (-1.3-1.2)	0.792	
体重, kg	介入群	-0.4 (-0.5--0.3)	-0.4 (-0.6--0.1)	-0.5 (-0.9--0.2)	0.596	0.342
	対照群	-0.1 (-0.2-0.1)	0.2 (-0.1-0.5)	0.0 (-0.3-0.3)	0.355	
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.5 (-2.5--0.5)	-1.5 (-4.0-0.9)	-2.8 (-6.2-0.7)	0.566	0.475
	対照群	-3.7 (-5.1--2.3)	0.3 (-2.7-3.2)*	-4.8 (-7.5--2.1)	0.980	
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	1.1 (0.7-1.5)	0.6 (-0.4-1.6)	1.7 (0.3-3.0)	0.822	0.138
	対照群	1.0 (0.5-1.6)	0.7 (-0.4-1.8)	-0.1 (-1.1-0.9)	0.067	
中性脂肪, mg/dL	介入群	0.3 (-2.7-3.3)	-1.8 (-8.9-5.3)	-9.6 (-19.6-0.4)	0.075	0.312
	対照群	4.3 (-1.0-9.5)	0.3 (-10.7-11.4)	2.4 (-7.7-12.5)	0.647	
血糖値, mg/dL	介入群	0.3 (-0.3-0.9)	-0.4 (-1.8-1.0)	-0.7 (-2.8-1.4)	0.239	0.081
	対照群	0.2 (-0.8-1.1)	1.7 (-0.3-3.6)	1.4 (-0.4-3.1)	0.153	
HbA1c, %	介入群	-0.01 (-0.02-0.01)	0.00 (-0.03-0.04)	-0.02 (-0.08-0.03)	0.788	0.755
	対照群	0.04 (0.01-0.06)	0.04 (-0.01-0.10)	0.01 (-0.04-0.06)	0.489	
塩分チェックシート点数	介入群	-0.7 (-0.8--0.5)	-0.8 (-1.3--0.4)	-0.8 (-1.4--0.2)	0.427	0.447
	対照群	-0.3 (-0.6--0.1)	-0.3 (-0.8-0.2)	-0.3 (-0.7-0.2)	0.876	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。異質性 P 値：自治体広報やホームページ等での啓発と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 71-1. 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群を合わせた分析）（職域）

有効性評価項目	社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)			傾向 P 値
	気づかなかった・見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した	
	N=1304	N=904	N=781	
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.02 (-0.12-0.15)	0.02 (-0.14-0.19)	-0.06 (-0.23-0.12)	0.564
推定一日食塩摂取, g/日	-0.11 (-0.23-0.02)	-0.03 (-0.18-0.12)	-0.21 (-0.37--0.05)	0.442
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-18.31 (-36.82-0.20)	-18.27 (-40.33-3.80)	-31.91 (-55.84--7.97)	0.417
推定一日 K 摂取量, mg/日	-23.78 (-47.82-0.26)	-23.72 (-52.38-4.94)	-41.44 (-72.52--10.35)	0.417
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-2.5 (-3.1--1.9)	-2.8 (-3.5--2.1)	-2.6 (-3.4--1.9)	0.737
拡張期血圧値, mmHg	0.1 (-0.3-0.6)	0.0 (-0.6-0.5)	0.1 (-0.5-0.7)	0.887
体重, kg	0.4 (0.3-0.6)	0.3 (0.1-0.4)	0.2 (0.0-0.4)	0.083
LDL コレステロール, mg/dL	-0.5 (-1.5-0.5)	-0.4 (-1.6-0.8)	-1.6 (-2.9--0.3)	0.235
HDL コレステロール, mg/dL	-1.0 (-1.4--0.6)	-0.8 (-1.2--0.3)	-0.6 (-1.1--0.1)	0.174
中性脂肪, mg/dL	-4.0 (-8.1-0.1)	-4.7 (-9.5-0.2)	-2.9 (-8.2-2.4)	0.792
血糖値, mg/dL	0.8 (-0.1-1.7)	1.1 (0.1-2.1)	0.9 (-0.2-2.0)	0.896
HbA1c, %	-0.05 (-0.06--0.03)	-0.03 (-0.04--0.01)	-0.04 (-0.05--0.02)	0.259
塩分チェックシート点数	-0.6 (-0.8--0.4)	-0.4 (-0.7--0.2)	-0.2 (-0.5-0.0)*	0.021

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 71-2. 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（職域）

		社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ (スマートミールや減塩メニューの提供)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入 群 vs.対 照群)
有効性評価項目		気づかなかった・ 見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した		
		介入群/対照群 N=608/696	介入群/対照群 N=300/604	介入群/対照群 N=246/535		
一次エンドポイント						
尿 Na/K 比	介入群	0.02 (-0.19-0.24)	0.04 (-0.27-0.34)	-0.27 (-0.61-0.07)	0.215	0.209
	対照群	0.00 (-0.18-0.17)	0.03 (-0.16-0.21)	0.05 (-0.15-0.25)	0.702	
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	-0.06 (-0.25-0.12)	0.17 (-0.10-0.43)	-0.04 (-0.34-0.25)	0.641	0.263
	対照群	-0.16 (-0.33-0.02)	-0.11 (-0.29-0.07)	-0.29 (-0.48--0.09)	0.355	
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-16.12 (-43.03-10.79)	8.46 (-29.66-46.58)	11.73 (-30.92-54.37)	0.225	0.033
	対照群	-21.34 (-46.83-4.16)	-30.09 (-57.20--2.99)	-52.17 (-81.17--23.18)	0.126	
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-20.93 (-55.88-14.02)	10.98 (-38.53-60.49)	15.23 (-40.15-70.62)	0.225	0.033
	対照群	-27.71 (-60.82-5.40)	-39.08 (-74.28--3.88)	-67.76 (-105.41--30.11)	0.126	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001): 「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値: 社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

異質性 P 値: 社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 71-2 (続き) . 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果（多変量解析）
(介入群・対照群別の分析) (職域)

		社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入群 vs. 対照群)
有効性評価項目		気づかなかった・見たことない 介入群/対照群 N=608/696	気づいたが利用しなかった 介入群/対照群 N=300/604	気づいて利用した 介入群/対照群 N=246/535		
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-1.6 (-2.5--0.7)	-1.6 (-2.9--0.3)	-0.4 (-1.8-1.1)	0.192	0.038
	対照群	-3.2 (-4.0--2.4)	-3.4 (-4.2--2.6)	-3.7 (-4.6--2.8)	0.429	
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.6 (-0.1-1.3)	1.4 (0.4-2.3)	1.8 (0.7-2.8)	0.050	0.011
	対照群	-0.3 (-0.8-0.4)	-0.8 (-1.4--0.1)	-0.8 (-1.5--0.1)	0.243	
体重, kg	介入群	0.5 (0.3-0.7)	0.4 (0.1-0.7)	0.3 (-0.1-0.7)	0.358	0.870
	対照群	0.3 (0.1-0.5)	0.2 (0.0-0.4)	0.2 (-0.1-0.4)	0.325	
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.3 (-2.8-0.2)	0.4 (-1.8-2.5)	-1.4 (-3.8-1.0)	0.801	0.221
	対照群	0.1 (-1.2-1.5)	-0.8 (-2.2-0.7)	-1.6 (-3.2--0.1)	0.095	
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	-0.8 (-1.4--0.2)	-0.2 (-1.1-0.6)	0.4 (-0.5-1.3)*	0.030	0.128
	対照群	-1.1 (-1.7--0.6)	-1.0 (-1.6--0.4)	-1.0 (-1.6--0.4)	0.786	
中性脂肪, mg/dL	介入群	-5.9 (-11.5--0.4)	-7.5 (-15.3-0.4)	-6.0 (-14.8-2.8)	0.927	0.467
	対照群	-2.9 (-8.7-3.0)	-3.1 (-9.3-3.1)	-1.1 (-7.7-5.6)	0.710	
血糖値, mg/dL	介入群	-0.6 (-2.1-0.9)	-1.5 (-3.4-0.5)	-1.8 (-4.1-0.6)	0.387	0.351
	対照群	1.9 (0.7-3.0)	2.6 (1.5-3.7)	2.1 (1.0-3.3)	0.784	
HbA1c, %	介入群	-0.06 (-0.08--0.04)	-0.06 (-0.09--0.04)	-0.05 (-0.09--0.02)	0.684	0.995
	対照群	-0.03 (-0.05--0.02)	-0.01 (-0.03-0.01)	-0.03 (-0.05--0.01)	0.652	
塩分チェックシート点数	介入群	-0.7 (-0.9--0.4)	-0.6 (-1.0--0.2)	-0.2 (-0.6-0.3)	0.084	0.758
	対照群	-0.6 (-0.9--0.3)	-0.3 (-0.6--0.1)	-0.3 (-0.6-0.1)	0.089	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。異質性 P 値：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(スマートミールや減塩メニューの提供)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 72. 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(良塩くん・カリ菜ちゃんマークの提示)と介入効果（多変量解析）
（介入群のみ）（職域）

		社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(良塩くん・カリ菜ちゃんマークの提示)			傾向 P 値
有効性評価項目		気づかなかった・見たことない N=89	気づいたが利用しなかった N=155	気づいて利用した N=872	
一次エンドポイント					
尿 Na/K 比	介入群	-0.02 (-0.20-0.16)	-0.16 (-0.59-0.26)	-0.11 (-0.68-0.45)	0.605
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	-0.04 (-0.20-0.11)	0.15 (-0.22-0.51)	-0.11 (-0.60-0.37)	0.831
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-7.20 (-29.48-15.09)	11.45 (-41.62-64.51)	-0.82 (-71.25-69.60)	0.663
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-9.35 (-38.29-19.59)	14.87 (-54.05-83.78)	-1.07 (-92.54-90.39)	0.663
二次エンドポイント					
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-1.4 (-2.1--0.6)	-0.1 (-1.9-1.7)	-2.1 (-4.4-0.3)	0.876
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.8 (0.3-1.4)	2.2 (0.9-3.5)	2.0 (0.3-3.7)	0.056
体重, kg	介入群	0.4 (0.3-0.6)	0.4 (-0.1-0.9)	0.4 (-0.2-1.0)	0.928
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.0 (-2.2-0.3)	-0.6 (-3.6-2.4)	-1.6 (-5.6-2.4)	0.880
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	-0.6 (-1.1--0.2)	0.3 (-0.9-1.4)	0.3 (-1.2-1.8)	0.115
中性脂肪, mg/dL	介入群	-4.7 (-9.3--0.1)	-16.0 (-26.9--5.1)	-3.3 (-17.8-11.3)	0.471
血糖値, mg/dL	介入群	-0.6 (-1.9-0.6)	-2.0 (-4.6-0.7)	-2.3 (-6.0-1.4)	0.268
HbA1c, %	介入群	-0.06 (-0.08--0.04)	-0.05 (-0.09--0.01)	-0.09 (-0.14--0.04)	0.456
塩分チェックシート点数	介入群	-0.6 (-0.8--0.3)	-0.4 (-0.9-0.2)	-0.3 (-1.0-0.5)	0.383

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群：同一個人内の介入前後の差

対照群：同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(良塩くん・カリ菜ちゃんマークの提示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 73-1. 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群を合わせた分析）（職域）

社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)				
有効性評価項目	気づかなかった・見たことない N=1186	気づいたが利用しなかった N=968	気づいて利用した N=834	傾向 P 値
一次エンドポイント				
尿 Na/K 比	0.08 (-0.07-0.22)	0.01 (-0.15-0.17)	-0.12 (-0.30-0.05)	0.083
推定一日食塩摂取, g/日	-0.07 (-0.21-0.06)	-0.09 (-0.24-0.06)	-0.19 (-0.35--0.03)	0.297
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-20.64 (-40.01--1.26)	-16.90 (-38.23-4.43)	-29.73 (-52.98--6.48)	0.603
推定一日 K 摂取量, mg/日	-26.80 (-51.97--1.63)	-21.95 (-49.65-5.76)	-38.61 (-68.81--8.41)	0.603
二次エンドポイント				
収縮期血圧値, mmHg	-2.4 (-3.0--1.8)	-2.9 (-3.6--2.2)	-2.6 (-3.3--1.9)	0.607
拡張期血圧値, mmHg	0.1 (-0.4-0.6)	-0.2 (-0.7-0.4)	0.2 (-0.3-0.8)	0.848
体重, kg	0.4 (0.3-0.6)	0.3 (0.1-0.4)	0.2 (0.0-0.4)	0.136
LDL コレステロール, mg/dL	-0.2 (-1.3-0.8)	-1.1 (-2.3-0.1)	-1.1 (-2.4-0.1)	0.244
HDL コレステロール, mg/dL	-1.0 (-1.4--0.6)	-0.6 (-1.0--0.1)	-0.8 (-1.3--0.3)	0.349
中性脂肪, mg/dL	-3.3 (-7.6-1.0)	-3.7 (-8.4-1.1)	-5.2 (-10.3-0.0)	0.597
血糖値, mg/dL	0.8 (-0.2-1.7)	1.4 (0.4-2.4)	0.6 (-0.6-1.7)	0.883
HbA1c, %	-0.04 (-0.05--0.03)	-0.03 (-0.05--0.01)	-0.05 (-0.06--0.03)	0.680
塩分チェックシート点数	-0.6 (-0.8--0.4)	-0.4 (-0.6--0.2)	-0.3 (-0.5-0.0)*	0.022

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001): 「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値: 社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 73-2. 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（職域）

有効性評価項目	社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)			傾向 P 値	異質性 P 値（介入群 vs. 対照群）	
	気づかなかった・見たことない	気づいたが利用しなかった	気づいて利用した			
	介入群/対照群 N=522/664	介入群/対照群 N=315/653	介入群/対照群 N=316/518			
一次エンドポイント						
尿 Na/K 比	介入群	0.13 (-0.10-0.37)	0.05 (-0.25-0.35)	-0.41 (-0.71--0.11)†	0.008	0.024
	対照群	0.02 (-0.16-0.20)	-0.01 (-0.19-0.17)	0.06 (-0.14-0.27)	0.817	
推定一日食塩摂取, g/日	介入群	0.04 (-0.16-0.24)	0.12 (-0.14-0.38)	-0.19 (-0.45-0.07)	0.253	0.580
	対照群	-0.17 (-0.35-0.01)	-0.18 (-0.36--0.01)	-0.19 (-0.38-0.01)	0.906	
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	介入群	-16.61 (-45.62-12.41)	9.62 (-27.73-46.96)	3.03 (-34.84-40.90)	0.358	0.085
	対照群	-24.64 (-50.68-1.40)	-28.18 (-54.25--2.11)	-50.60 (-80.13--21.06)	0.214	
推定一日 K 摂取量, mg/日	介入群	-21.57 (-59.25-16.12)	12.49 (-36.01-60.99)	3.94 (-45.25-53.12)	0.358	0.085
	対照群	-32.00 (-65.82-1.82)	-36.60 (-70.45--2.74)	-65.71 (-104.07--27.36)	0.214	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。

本表における介入効果の定義：

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; [†]<0.01; [‡]<0.001)：「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。

傾向 P 値：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。

異質性 P 値：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 73-2 (続き) . 食環境整備：社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果（多変量解析）
（介入群・対照群別の分析）（職域）

		社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)			傾向 P 値	異質性 P 値 (介入群 vs. 対照群)
有効性評価項目		気づかなかった・見たことない 介入群/対照群 N=522/664	気づいたが利用しなかった 介入群/対照群 N=315/653	気づいて利用した 介入群/対照群 N=316/518		
二次エンドポイント						
収縮期血圧値, mmHg	介入群	-1.5 (-2.5--0.5)	-1.2 (-2.5-0.0)	-1.2 (-2.4-0.1)	0.668	0.248
	対照群	-3.1 (-3.9--2.3)	-3.7 (-4.5--2.9)	-3.5 (-4.4--2.6)	0.481	
拡張期血圧値, mmHg	介入群	0.6 (-0.2-1.3)	1.6 (0.6-2.5)	1.4 (0.4-2.3)	0.138	0.190
	対照群	-0.3 (-0.9-0.4)	-1.0 (-1.6--0.4)	-0.5 (-1.1-0.2)	0.601	
体重, kg	介入群	0.5 (0.3-0.8)	0.6 (0.2-0.9)	0.2 (-0.1-0.6)	0.238	0.853
	対照群	0.3 (0.1-0.5)	0.1 (-0.1-0.3)	0.2 (0.0-0.4)	0.343	
LDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.3 (-2.9-0.3)	-0.2 (-2.2-2.0)	-0.9 (-3.1-1.2)	0.711	0.089
	対照群	0.7 (-0.7-2.0)	-1.5 (-2.9--0.2)*	-1.3 (-2.9-0.3)	0.054	
HDL コレステロール, mg/dL	介入群	-1.0 (-1.6--0.4)	0.0 (-0.8-0.8)	0.1 (-0.7-0.9)*	0.025	0.049
	対照群	-1.1 (-1.6--0.5)	-0.8 (-1.4--0.3)	-1.3 (-2.0--0.7)	0.605	
中性脂肪, mg/dL	介入群	-4.3 (-10.3-1.7)	-7.0 (-14.7-0.7)	-9.0 (-16.8--1.2)	0.338	0.261
	対照群	-2.8 (-8.8-3.2)	-1.9 (-7.9-4.1)	-2.6 (-9.3-4.2)	0.948	
血糖値, mg/dL	介入群	-0.6 (-2.2-1.0)	-0.6 (-2.6-1.4)	-2.4 (-4.6--0.3)	0.235	0.211
	対照群	1.8 (0.6-3.0)	2.5 (1.4-3.6)	2.3 (1.1-3.5)	0.567	
HbA1c, %	介入群	-0.06 (-0.08--0.03)	-0.06 (-0.09--0.03)	-0.07 (-0.10--0.04)	0.456	0.600
	対照群	-0.03 (-0.05--0.01)	-0.02 (-0.03-0.00)	-0.03 (-0.05--0.01)	0.858	
塩分チェックシート点数	介入群	-0.7 (-1.0--0.4)	-0.5 (-0.9--0.1)	-0.2 (-0.6-0.2)	0.053	0.461
	対照群	-0.5 (-0.8--0.3)	-0.4 (-0.7--0.1)	-0.3 (-0.6-0.0)	0.183	

介入群・対照群における介入効果の平均値（95%信頼区間）を表記。本表における介入効果の定義:

介入群: 同一個人内の介入前後の差

対照群: 同一個人内の前値と一年後値との差

P 値 (*<0.05; †<0.01; ‡<0.001): 「気づかなかった・見たことない」グループにおける介入効果に対する、「気づいたが利用しなかった」または「気づいて利用した」グループにおける介入効果を検定。傾向 P 値: 社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、一定（正や負）の傾向性があるかどうかを検定。異質性 P 値: 社員食堂や地域のスーパーマーケット等への働きかけ(食品の食塩相当量や減塩の表示)と介入効果との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病有無・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 74. この 1 年間における「減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度」「野菜を食べる頻度や量」「果物を食べる頻度や量」の変化
(増えた／減った／変わらない) の集計：介入群・対照群の比較（地域）

		増えた	減った	変わらない	P*
減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度	介入群 n=2234	474(21.2)	207(9.3)	1553(69.5)	0.004
	対照群 n=1270	221(17.4)	149(11.7)	900(70.9)	
野菜を食べる頻度や量	介入群 n=2245	706(31.5)	40(1.8)	1499(66.8)	0.588
	対照群 n=1271	396(31.2)	29(2.3)	846(66.6)	
果物を食べる頻度や量	介入群 n=2243	369(16.5)	92(4.1)	1782(79.5)	<0.001
	対照群 n=1271	164(12.9)	88(6.9)	1019(80.2)	

値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入群と対照群とを比較。

表 75. この 1 年間における「減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度」「野菜を食べる頻度や量」「果物を食べる頻度や量」の変化
(増えた／減った／変わらない) の集計：介入群・対照群の比較（職域）

		増えた	減った	変わらない	P*
減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度	介入群 n=1279	192(15.0)	51(4.0)	1036(81.0)	0.456
	対照群 n=1895	275(14.5)	93(4.9)	1527(80.6)	
野菜を食べる頻度や量	介入群 n=1280	347(27.1)	31(2.4)	902(70.5)	0.093
	対照群 n=1895	517(27.3)	72(3.8)	1306(68.9)	
果物を食べる頻度や量	介入群 n=1280	180(14.1)	51(4.0)	1049(82.0)	<0.001
	対照群 n=1895	281(14.8)	144(7.6)	1470(77.6)	

値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入群と対照群とを比較。

表 76. この1年間に「減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度」「野菜を食べる頻度や量」「果物を食べる頻度や量」が増えたと回答した者における、影響した要因の集計：介入群・対照群の比較（地域）

		減塩食品や減塩 メニュー・減塩 惣菜の利用頻度 介入群, n=474 対照群, n=221	P*	野菜を食べる 頻度や量 介入群, n=706 対照群, n=396	P*	果物を食べる 頻度や量 介入群, n=369 対照群, n=164	P*
健診時の食塩・カリウムやその比（ナトカリ比） を調べる尿検査と結果説明	介入群	244 (51.5)	NA	272 (38.5)	NA	169 (45.8)	NA
	対照群	NA		NA		NA	
健診時の保健指導	介入群	192 (40.5)	NA	229 (32.4)	NA	129 (35.0)	NA
	対照群	NA		NA		NA	
健診時にもらったナトカリ手帳	介入群	158 (33.3)	NA	166 (23.5)	NA	118 (32.0)	NA
	対照群	NA		NA		NA	
ナトカリ手帳アプリ（LINE アプリ）	介入群	6 (1.3)	NA	8 (1.1)	NA	3 (0.8)	NA
	対照群	NA		NA		NA	
店舗の商品やメニューそのもの（魅力的だった）	介入群	47 (9.9)	0.002	37 (5.2)	0.001	24 (6.5)	<0.001
	対照群	40 (18.1)		42 (10.6)		28 (17.1)	
商品棚の掲示	介入群	31 (6.5)	<0.001	29 (4.1)	<0.001	15 (4.1)	<0.001
	対照群	46 (20.8)		47 (11.9)		26 (15.9)	
のぼり旗	介入群	11 (2.3)	NA	4 (0.6)	NA	1 (0.3)	NA
	対照群	NA		NA		NA	
良塩くん・カリ菜ちゃんマーク	介入群	22 (4.6)	NA	10 (1.4)	NA	6 (1.6)	NA
	対照群	NA		NA		NA	

値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入群と対照群とを比較。

表 76 (続き) . この1年間に「減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度」「野菜を食べる頻度や量」「果物を食べる頻度や量」が増えたと回答した者における、影響した要因の集計：介入群・対照群の比較（地域）

		減塩食品や減塩 メニュー・減塩 惣菜の利用頻度 介入群, n=474 対照群, n=221	P*	野菜を食べる 頻度や量 介入群, n=706 対照群, n=396	P*	果物を食べる 頻度や量 介入群, n=369 対照群, n=164	P*
商品の食塩相当量や減塩の表示	介入群	221 (46.6)	0.659	NA	NA	NA	NA
	対照群	107 (48.4)		NA		NA	
自治体の広報またはイベント	介入群	47 (9.9)	0.110	42 (6.0)	0.568	29 (7.9)	0.641
	対照群	31 (14.0)		27 (6.8)		11 (6.7)	
テレビや新聞などマスコミの情報	介入群	101 (21.3)	0.189	158 (22.4)	0.084	64 (17.3)	0.058
	対照群	57 (25.8)		107 (27.0)		40 (24.4)	
家族や友人など周囲の人からの情報	介入群	63 (13.3)	0.005	130 (18.4)	<0.001	71 (19.2)	0.001
	対照群	48 (21.7)		117 (30.0)		54 (32.9)	
インターネット上の情報	介入群	15 (3.2)	0.090	25 (3.5)	0.014	14 (3.8)	0.237
	対照群	13 (5.9)		27 (6.8)		10 (6.1)	
影響したと思うものは特にな	介入群	20 (4.2)	0.504	91 (12.9)	0.264	51 (13.8)	0.900
	対照群	7 (3.2)		42 (10.6)		22 (13.4)	
その他	介入群	29 (6.1)	0.395	52 (7.4)	<0.001	23 (6.2)	0.006
	対照群	10 (4.5)		56 (14.1)		22 (13.4)	

値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入群と対照群とを比較。

表 77. この 1 年間に「減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度」「野菜を食べる頻度や量」「果物を食べる頻度や量」が増えたと回答した者における、影響した要因の集計：介入群・対照群の比較（職域）

		減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度 介入群, n=192 対照群, n=275	p*	野菜を食べる 頻度や量 介入群, n=347 対照群, n=517	p*	果物を食べる 頻度や量 介入群, n=180 対照群, n=281	p*
健診時の食塩・カリウムやその比（ナトカリ比）	介入群	104 (54.2)		141 (40.6)		77 (42.8)	
を調べる尿検査と結果説明	対照群	NA	NA	NA	NA	NA	NA
健診時の保健指導	介入群	48 (25.0)		72 (20.8)		39 (21.7)	
	対照群	NA	NA	NA	NA	NA	NA
健診時にもらったナトカリ手帳	介入群	41 (21.4)		55 (15.9)		30 (16.7)	
	対照群	NA	NA	NA	NA	NA	NA
ナトカリ手帳アプリ（LINE アプリ）	介入群	16 (8.3)		17 (4.9)		11 (6.1)	
	対照群	NA	NA	NA	NA	NA	NA
社員食堂のメニューそのもの（魅力的だった）	介入群	45 (23.4)	0.558	42 (12.1)	<0.001	17 (9.4)	0.760
	対照群	71 (25.8)		113 (21.9)		29 (10.3)	
店舗の商品やメニューそのもの（魅力的だった）	介入群	19 (9.9)	<0.001	15 (4.3)	<0.001	3 (1.7)	<0.001
	対照群	71 (25.8)		74 (14.3)		43 (15.3)	
商品棚の掲示	介入群	17 (8.9)	<0.001	10 (2.9)	<0.001	9 (5.0)	0.001
	対照群	81 (29.5)		69 (13.4)		41 (14.6)	
のぼり旗	介入群	6 (3.1)	NA	8 (2.3)	NA	4 (2.2)	NA
	対照群	NA		NA		NA	
良塩くん・カリ菜ちゃんマーク	介入群	12 (6.3)	NA	2 (0.6)	NA	5 (2.8)	NA
	対照群	NA		NA		NA	

値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入群と対照群とを比較。

表 77 (続き) . この 1 年間に「減塩食品や減塩メニュー・減塩惣菜の利用頻度」「野菜を食べる頻度や量」「果物を食べる頻度や量」が増えたと回答した者における、影響した要因の集計：介入群・対照群の比較（職域）

		減塩食品や減塩メニュー・ 減塩惣菜の利用頻度	P*	野菜を食べる 頻度や量	P*	果物を食べる 頻度や量	P*
		介入群, n=192 対照群, n=275		介入群, n=347 対照群, n=517		介入群, n=180 対照群, n=281	
商品の食塩相当量や減塩の表示	介入群	72 (37.5)	0.003	NA	NA	NA	NA
	対照群	142 (51.6)		NA		NA	
社員食堂内の卓上メモまたはポスター	介入群	31 (16.2)	<0.00	31 (8.9)	0.001	10 (5.6)	0.050
	対照群	11 (4.0)	1	18 (3.5)		6 (2.1)	
社内メールまたは社内掲示	介入群	17 (8.9)	<0.00	20 (5.8)	0.036	8 (4.4)	0.092
	対照群	5 (1.8)	1	15 (2.9)		5 (1.8)	
テレビや新聞などマスコミの情報	介入群	28 (14.6)	0.132	34 (9.8)	<0.001	16 (8.9)	0.005
	対照群	55 (20.0)		121 (23.4)		52 (18.5)	
家族や同僚・上司など周囲の人からの情報	介入群	21 (10.9)	0.255	54 (15.6)	0.002	25 (13.9)	<0.001
	対照群	40 (14.6)		125 (24.2)		78 (27.8)	
インターネット上の情報	介入群	18 (9.4)	0.261	35 (10.1)	0.005	22 (12.2)	0.039
	対照群	35 (12.7)		87 (16.8)		55 (19.6)	
影響したと思うものは特にな	介入群	7 (3.7)	0.657	69 (19.9)	0.156	32 (17.8)	0.197
	対照群	8 (2.9)		124 (24.0)		64 (22.8)	
その他	介入群	4 (2.1)	0.606	12 (3.5)	0.073	6 (3.3)	0.191
	対照群	4 (1.5)		32 (6.2)		17 (6.1)	

値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入群と対照群とを比較。

表 78-1. 過去対照群が翌年度介入群となった地域における過去対照時期と介入時期での有効性評価項目の変化の比較（全体）

N=607	過去対照時期	介入時期	介入時期と過去対照時期
有効性評価項目	前値と 1 年後値との差	介入前後の差	の変化の差
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.15 (-0.34-0.04)	-0.14 (-0.31-0.04)	0.01 (-0.31-0.33)
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.31 (-0.48--0.14)	-0.23 (-0.39--0.07)	0.08 (-0.20-0.36)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-33.83 (-56.36--11.30)	-29.82 (-50.15--9.49)	4.01 (-32.45-40.46)
推定一日 K 摂取量, mg/日	-43.93 (-73.19--14.67)	-38.73 (-65.13--12.33)	5.21 (-42.14-52.55)
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-1.3 (-2.5--0.2)	0.7 (-0.5-1.8)	2.0 (0.1-3.9)*
拡張期血圧値, mmHg	-2.3 (-3.0--1.5)	0.3 (-0.5-1.1)	2.6 (1.3-3.9)‡
体重, kg	-0.4 (-0.5--0.2)	-0.3 (-0.4--0.1)	0.1 (-0.1-0.4)
LDL コレステロール, mg/dL	-1.9 (-3.5--0.3)	-3.1 (-4.7--1.5)	-1.2 (-3.7-1.4)
HDL コレステロール, mg/dL	-4.7 (-5.3--4.0)	1.7 (1.1-2.2)	6.3 (5.3-7.3)‡
中性脂肪, mg/dL	1.5 (-2.2-5.2)	-1.5 (-4.9-2.0)	-2.9 (-9.1-3.2)
血糖値, mg/dL	-1.2 (-2.0--0.3)	0.5 (-0.3-1.3)	1.7 (0.3-3.0)*
HbA1c, %	0.05 (0.03-0.07)	0.02 (0.00-0.04)	-0.03 (-0.06-0.00)
塩分チェックシート点数	-0.5 (-0.8--0.2)	-0.5 (-0.8--0.2)	0.0 (-0.5-0.6)

介入時期と過去対照時期の変化の差 = [介入時期における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [過去対照時期における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値（対応のある t 検定）：*<0.05, †<0.01, ‡<0.001。

過去対照群が翌年度介入群となった地域：自治体 A（n=150）、自治体 I（n=85）、自治体 G（n=372）

表 78-2. 過去対照群が翌年度介入群となった地域における過去対照時期と介入時期での有効性評価項目の変化の比較（地域別：自治体 A）

N=150	過去対照時期	介入時期	介入時期と過去対照時期
有効性評価項目	前値と 1 年後値との差	介入前後の差	の変化の差
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	0.31 (-0.15-0.76)	-0.47 (-0.93--0.01)	-0.77 (-1.61-0.06)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.13 (-0.20-0.46)	-0.33 (-0.68-0.02)	-0.45 (-1.07-0.16)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-25.21 (-68.76-18.33)	23.60 (-20.95-68.14)	48.81 (-27.71-125.33)
推定一日 K 摂取量, mg/日	-32.75 (-89.30-23.80)	30.65 (-27.21-88.50)	63.39 (-35.99-162.77)
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-0.3 (-2.3-1.7)	0.7 (-1.2-2.7)	1.0 (-2.2-4.3)
拡張期血圧値, mmHg	-0.7 (-1.9-0.5)	0.5 (-0.9-1.9)	1.2 (-1.0-3.4)
体重, kg	-0.3 (-0.7-0.0)	-0.1 (-0.4-0.3)	0.3 (-0.3-0.8)
LDL コレステロール, mg/dL	-2.0 (-5.3-1.4)	-7.3 (-11.1--3.4)	-5.3 (-11.0-0.4)
HDL コレステロール, mg/dL	-1.4 (-2.6--0.2)	0.5 (-0.8-1.8)	1.9 (-0.1-3.9)
中性脂肪, mg/dL	-2.1 (-11.5-7.3)	-7.1 (-15.1-0.9)	-5.0 (-19.5-9.5)
血糖値, mg/dL	2.0 (0.1-3.9)	-0.7 (-2.3-0.9)	-2.7 (-5.6-0.2)
HbA1c, %	0.01 (-0.02-0.04)	0.04 (0.00-0.08)	0.03 (-0.02-0.08)
塩分チェックシート点数	-0.4 (-1.0-0.1)	-0.5 (-1.0-0.0)	-0.1 (-0.9-0.8)

介入時期と過去対照時期の変化の差 = [介入時期における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [過去対照時期における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値（対応のある t 検定）：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

表 78-3. 過去対照群が翌年度介入群となった地域における過去対照時期と介入時期での有効性評価項目の変化の比較（地域別：自治体 I）

N=85	過去対照時期	介入時期	介入時期と過去対照時期
有効性評価項目	前値と 1 年後値との差	介入前後の差	の変化の差
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.98 (-1.82--0.14)	0.04 (-0.68-0.77)	1.02 (-0.32-2.37)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.17 (-0.28-0.63)	-0.15 (-0.59-0.28)	-0.33 (-1.09-0.44)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	153.84 (97.53-210.14)	-35.68 (-99.50-28.14)	-189.52 (-294.83--84.20)‡
推定一日 K 摂取量, mg/日	199.79 (126.66-272.91)	-46.34 (-129.22-36.54)	-246.13 (-382.90--109.35)‡
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-6.9 (-10.9--3.0)	-4.2 (-8.5-0.2)	2.8 (-4.8-10.4)
拡張期血圧値, mmHg	-6.5 (-8.7--4.3)	-0.1 (-3.0-2.7)	6.4 (1.9-10.8)†
体重, kg	0.0 (-0.4-0.4)	-0.5 (-1.0-0.0)	-0.5 (-1.2-0.2)
LDL コレステロール, mg/dL	0.4 (-4.5-5.3)	3.2 (-0.8-7.3)	2.8 (-4.3-10.0)
HDL コレステロール, mg/dL	-0.3 (-1.9-1.3)	0.6 (-0.8-1.9)	0.9 (-1.5-3.3)
中性脂肪, mg/dL	-0.5 (-10.7-9.7)	3.8 (-6.4-14.0)	4.3 (-13.3-21.9)
血糖値, mg/dL	1.6 (0.2-2.9)	0.0 (-2.2-2.3)	-1.5 (-4.7-1.6)
HbA1c, %	0.07 (0.03-0.12)	-0.06 (-0.10--0.02)	-0.14 (-0.19--0.08)‡
塩分チェックシート点数	NA	NA	NA

介入時期と過去対照時期の変化の差 = [介入時期における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [過去対照時期における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値（対応のある t 検定）：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

2020 年度に塩分チェックシート調査を実施していないため評価できず。

表 78-4. 過去対照群が翌年度介入群となった地域における過去対照時期と介入時期での有効性評価項目の変化の比較（地域別：自治体 G）

N=372	過去対照時期	介入時期	介入時期と過去対照時期
有効性評価項目	前値と 1 年後値との差	介入前後の差	の変化の差
一次エンドポイント			
尿 Na/K 比	-0.14 (-0.29-0.01)	-0.05 (-0.19-0.09)	0.09 (-0.15-0.34)
推定一日食塩摂取量, g/日	-0.59 (-0.81--0.37)	-0.21 (-0.41-0.00)	0.39 (0.04-0.74)*
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-80.18 (-108.21--52.16)	-50.02 (-73.76--26.28)	30.16 (-13.95-74.28)
推定一日 K 摂取量, mg/日	-104.13 (-140.53--67.73)	-64.96 (-95.79--34.13)	39.17 (-18.12-96.47)
二次エンドポイント			
収縮期血圧値, mmHg	-0.5 (-1.9-0.9)	1.7 (0.4-3.0)	2.2 (-0.1-4.4)
拡張期血圧値, mmHg	-1.9 (-2.9--1.0)	0.4 (-0.6-1.3)	2.3 (0.7-3.9)†
体重, kg	-0.5 (-0.7--0.3)	-0.3 (-0.5--0.1)	0.2 (-0.1-0.5)
LDL コレステロール, mg/dL	-2.4 (-4.4--0.5)	-2.8 (-4.7--1.0)	-0.4 (-3.5-2.7)
HDL コレステロール, mg/dL	-7.0 (-7.8--6.2)	2.4 (1.7-3.1)	9.4 (8.1-10.6)‡
中性脂肪, mg/dL	3.4 (-0.8-7.6)	-0.4 (-4.3-3.6)	-3.8 (-10.9-3.4)
血糖値, mg/dL	-3.1 (-4.2--2.0)	1.1 (0.2-2.1)	4.2 (2.6-5.9)‡
HbA1c, %	0.06 (0.03-0.08)	0.03 (0.01-0.06)	-0.02 (-0.07-0.02)
塩分チェックシート点数	-0.5 (-0.9--0.1)	-0.5 (-0.9-0.0)	0.1 (-0.7-0.8)

介入時期と過去対照時期の変化の差 = [介入時期における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [過去対照時期における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。介入効果の P 値（対応のある t 検定）：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

表 79. 塩分チェックシート点数の 1 年間の変化と尿 Na/K 比・推定一日食塩摂取量・推定一日 K 摂取量等の 1 年間の変化との関連

有効性評価項目	対照群 N=2854	介入群 N=3317	異質性 P 値
尿 Na/K 比	0.00 (-0.03-0.03)	0.05 (0.02-0.08)†	0.030
推定一日食塩摂取量, g/日	0.01 (-0.02-0.04)	0.06 (0.03-0.08)‡	0.012
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1.92 (-1.91-5.76)	-0.65 (-3.92-2.63)	0.336
推定一日 K 摂取量, mg/日	2.50 (-2.48-7.48)	-0.84 (-5.10-3.41)	0.336

値は偏回帰係数（95%信頼区間）とその P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

異質性 P 値：塩分チェックシート点数の 1 年間の変化と尿 Na/K 比・推定一日食塩摂取量・推定一日 K 摂取量等の 1 年間の変化との関連について、介入群と対照群とで差があるかどうかを検定。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 80-1. 郵送尿検査実施自治体における各尿指標の平均値（介入後値を有する者）

	自治体 F, n=273			P 値 介入前 vs 郵送尿	P 値 介入前 vs 介入後	P 値 郵送尿 vs 介入後
	介入前	郵送尿	介入後			
尿 Na/K 比	4.66 (2.44)	3.87 (1.96)	4.47 (2.32)	<0.001	0.262	<0.001
推定一日食塩摂取量, g/日	9.23 (1.91)	8.91 (2.06)	8.98 (1.77)	0.016	0.042	0.596
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1404.18(269.89)	1458.27(285.33)	1392.37(272.72)	0.003	0.480	<0.001
推定一日 K 摂取量, mg/日	1823.62 (350.50)	1893.86 (370.56)	1808.28 (354.18)	0.003	0.480	<0.001

	自治体 E, n=101			P 値 介入前 vs 郵送尿	P 値 介入前 vs 介入後	P 値 郵送尿 vs 介入後
	介入前	介入前	介入前			
尿 Na/K 比	4.05 (2.35)	3.89 (2.20)	3.94 (2.39)	0.481	0.698	0.814
推定一日食塩摂取量, g/日	9.19 (2.10)	9.10 (2.54)	9.01 (2.01)	0.709	0.368	0.676
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1495.83(300.85)	1494.71(302.31)	1492.70(274.27)	0.969	0.920	0.949
推定一日 K 摂取量, mg/日	1942.64 (390.72)	1941.18 (392.61)	1938.58 (356.19)	0.969	0.920	0.949

	郵送尿実施自治体 (自治体 F+自治体 E) , n=374			P 値 介入前 vs 郵送尿	P 値 介入前 vs 介入後	P 値 郵送尿 vs 介入後
	介入前	郵送尿	介入後			
尿 Na/K 比	4.50 (2.43)	3.87 (2.02)	4.32 (2.35)	<0.001	0.244	<0.001
推定一日食塩摂取量, g/日	9.22 (1.96)	8.96 (2.19)	8.99 (1.84)	0.026	0.027	0.843
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1428.93(281.14)	1468.11(290.05)	1419.47(276.39)	0.011	0.523	0.002
推定一日 K 摂取量, mg/日	1855.76 (365.12)	1906.64 (376.69)	1843.47 (358.95)	0.011	0.523	0.002

値は平均値（標準偏差）。対応のある t 検定による P 値。

介入前・介入後の値は健診時に持参した早朝採尿の尿検体から、郵送尿の値は随時採尿の尿検体から、それぞれ算出。

表 80-2. 郵送尿検査実施自治体における各尿指標の平均値（介入後値が無い者）

	自治体 F n=240		P 値	自治体 E, n=193		P 値	郵送尿実施自治体 (自治体 F+自治体 E) n=433		P 値
	介入前	郵送尿		介入前	郵送尿		介入前	郵送尿	
尿 Na/K 比	4.43 (3.84)	3.73 (1.93)	0.003	4.14 (2.52)	3.58 (1.98)	0.001	4.30 (3.32)	3.66 (1.95)	<0.001
推定一日食塩摂取量, g/日	8.96 (2.41)	8.68 (2.07)	0.069	9.15 (2.16)	8.54 (2.05)	<0.001	9.05 (2.30)	8.62 (2.06)	<0.001
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	1417.86 (309.76)	1440.79 (295.83)	0.286	1487.65 (334.81)	1451.91 (319.01)	0.166	1448.97 (322.66)	1445.74 (306.07)	0.846
推定一日 K 摂取量, mg/日	1841.37 (402.28)	1871.15 (384.20)	0.286	1932.02 (434.82)	1885.60 (414.30)	0.166	1881.78 (419.04)	1877.59 (397.50)	0.846

値は平均値（標準偏差）。対応のある t 検定による P 値。

介入前の値は健診時に持参した早朝採尿の尿検体から、郵送尿の値は随時採尿の尿検体から、それぞれ算出。

表 81-1. 郵送尿キット配布者内における返送者と未返送者による介入効果に関する分析（全体）

有効性評価項目	介入効果	返送者, n=374			未返送者, n=413		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
尿 Na/K 比	0.13 (-0.30-0.56)	4.47 (4.20-4.74)	4.35 (4.10-4.61)	-0.12 (-0.43-0.19)	4.58 (4.32-4.84)	4.34 (4.10-4.58)	-0.25 (-0.54-0.05)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.01 (-0.31-0.32)	9.16 (8.96-9.36)	8.98 (8.78-9.17)	-0.19 (-0.41-0.04)	9.12 (8.93-9.30)	8.92 (8.74-9.10)	-0.19 (-0.41-0.02)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-2.58 (-46.65-41.49)	1421.58 (1391.75-1451.40)	1415.68 (1386.33-1445.02)	-5.90 (-37.43-25.63)	1419.13 (1390.75-1447.51)	1415.81 (1387.89-1443.73)	-3.32 (-33.33-26.68)
推定一日 K 摂取量, mg/日	-3.35 (-60.58-53.88)	1846.21 (1807.47-1884.94)	1838.54 (1800.43-1876.65)	-7.66 (-48.61-33.29)	1843.03 (1806.17-1879.88)	1838.71 (1802.45-1874.97)	-4.32 (-43.28-34.65)

介入効果 = [返送者における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [未返送者における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

返送者：自治体 F 273 人、自治体 E 101 人

未返送者：自治体 F 286 人、自治体 E 127 人

表 81-2. 郵送尿キット配布者内における返送者と未返送者による介入効果に関する分析（地域別：自治体 F）

有効性評価項目	介入効果	返送者, n=273			未返送者, n=286		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
尿 Na/K 比	0.15 (-0.37-0.66)	4.63 (4.31-4.95)	4.50 (4.21-4.79)	-0.13 (-0.49-0.24)	4.60 (4.29-4.92)	4.33 (4.05-4.62)	-0.27 (-0.63-0.08)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.00 (-0.36-0.36)	9.13 (8.90-9.36)	8.93 (8.72-9.15)	-0.20 (-0.45-0.06)	8.98 (8.76-9.20)	8.78 (8.57-8.99)	-0.20 (-0.45-0.05)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	-5.27 (-56.75-46.21)	1392.09 (1359.57-1424.61)	1383.03 (1350.02-1416.05)	-9.06 (-45.29-27.17)	1388.06 (1356.25-1419.86)	1384.27 (1351.98-1416.56)	-3.79 (-39.22-31.65)
推定一日 K 摂取量, mg/日	-6.85 (-73.71-60.02)	1807.91 (1765.68-1850.15)	1796.15 (1753.27-1839.03)	-11.77 (-58.82-35.29)	1802.67 (1761.37-1843.98)	1797.75 (1755.82-1839.69)	-4.92 (-50.94-41.10)

介入効果 = [返送者における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [未返送者における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* <0.05 , † <0.01 , ‡ <0.001 。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 81-3. 郵送尿キット配布者内における返送者と未返送者による介入効果に関する分析（地域別：自治体 E）

有効性評価項目	介入効果	返送者, n=101			未返送者, n=127		
		介入前値	介入後値	介入前後値の差	前値	一年後値	前値と一年後値との差
尿 Na/K 比	0.14 (-0.66-0.95)	4.02 (3.50-4.53)	3.95 (3.44-4.45)	-0.07 (-0.66-0.52)	4.57 (4.11-5.02)	4.36 (3.90-4.81)	-0.21 (-0.74-0.31)
推定一日食塩摂取量, g/日	0.02 (-0.64-0.68)	9.20 (8.80-9.59)	9.04 (8.63-9.46)	-0.16 (-0.64-0.33)	9.45 (9.10-9.80)	9.27 (8.91-9.64)	-0.18 (-0.61-0.25)
推定 24 時間尿中 K 排泄量, mg/日	3.64 (-85.22-92.49)	1501.99 (1436.23-1567.74)	1503.89 (1442.92-1564.86)	1.91 (-63.23-67.05)	1487.82 (1429.46-1546.18)	1486.09 (1431.98-1540.21)	-1.73 (-59.55-56.09)
推定一日 K 摂取量, mg/日	4.72 (-110.67-120.11)	1950.63 (1865.24-2036.02)	1953.11 (1873.93-2032.29)	2.48 (-82.12-87.07)	1932.24 (1856.44-2008.03)	1929.99 1859.71-2000.27)	-2.25 (-77.33-72.84)

介入効果 = [返送者における同一個人内の介入前後の差の平均値] - [未返送者における同一個人内の前値と一年後値との差の平均値]。他の値は、平均値（95%信頼区間）。介入効果の P 値：* < 0.05, † < 0.01, ‡ < 0.001。

背景因子（年齢・性別・BMI・喫煙状況・飲酒習慣・運動習慣・糖尿病・降圧薬有無・脂質降下薬有無・脳心血管病既往・CKD 既往）を調整。

表 82-1. 塩分チェックシートの変化の集計：介入群

		0 点	1 点	2 点	3 点	介入前と介入後の差の検定	
これらの食品を食べる頻度	みそ汁、スープなど	介入前 n=3921	458 (11.7)	810 (20.7)	1896 (48.4)	757 (19.3)	<0.001
		介入後 n=3921	544 (13.9)	776 (19.8)	1974 (50.3)	627 (16.0)	
	つけ物、梅干しなど	介入前 n=3913	1768 (45.2)	890 (22.7)	1030 (26.3)	225 (5.8)	<0.001
		介入後 n=3899	1808 (46.2)	875 (22.4)	1013 (25.9)	217 (5.6)	
	ちくわ、かまぼこなどの練り製品	介入前 n=3904	2297 (58.8)	1338 (34.3)	269 (6.9)	—	<0.001
		介入後 n=3904	2347 (60.1)	1303 (33.4)	254 (6.5)	—	
	あじの開き、みりん干し、塩鮭など	介入前 n=3909	2087 (53.4)	1476 (37.8)	346 (8.9)	—	<0.001
		介入後 n=3909	2138 (54.7)	1472 (37.7)	299 (7.7)	—	
	ハムやソーセージ	介入前 n=3903	1710 (43.8)	1698 (43.5)	495 (12.7)	—	<0.001
		介入後 n=3903	1767 (45.3)	1670 (42.8)	466 (11.9)	—	
	うどん、ラーメンなどの麺類	介入前 n=3907	380 (9.7)	2076 (53.1)	1313 (33.6)	138 (3.5)	<0.001
		介入後 n=3907	460 (11.8)	2039 (52.2)	1281 (32.8)	127 (3.3)	
	せんべい、おかき、ポテトチップスなど	介入前 n=3898	2018 (51.8)	1371 (35.2)	509 (13.1)	—	<0.001
		介入後 n=3898	2137 (54.8)	1285 (33.0)	476 (12.2)	—	

		0 点	1 点	2 点	3 点	介入前と介入後の差の検定
しょうゆやソースなどをかける頻度は？	介入前 n=3912	617 (15.8)	2059 (52.6)	897 (22.9)	339 (8.7)	<0.001
	介入後 n=3912	708 (18.1)	2136 (54.6)	840 (21.5)	228 (5.8)	
うどん、ラーメンなどの汁は飲みますか？	介入前 n=3904	969 (24.8)	1470 (37.7)	1086 (27.8)	379 (9.7)	<0.001
	介入後 n=3904	1118 (28.6)	1471 (37.7)	979 (25.1)	336 (8.6)	
昼食で外食やコンビニ弁当などを利用しますか？	介入前 n=3900	2152 (55.2)	1398 (35.9)	279 (7.2)	71 (1.8)	<0.001
	介入後 n=3900	2198 (56.4)	1358 (34.8)	252 (6.5)	92 (2.4)	
夕食で外食やお惣菜などを利用しますか？	介入前 n=3891	1518 (39.0)	1629 (41.9)	584 (15.0)	160 (4.1)	<0.001
	介入後 n=3891	1617 (41.6)	1588 (40.8)	547 (14.1)	139 (3.6)	
家庭の味付けは外食と比べていかがですか？	介入前 n=3850	1862 (48.4)	—	1662 (43.2)	326 (8.5)	<0.001
	介入後 n=3850	1993 (51.8)	—	1545 (40.1)	321 (8.1)	<0.001
食事の量は多いと思いますか？	介入前 n=3917	599 (15.3)	2850 (72.8)	—	468 (12.0)	<0.001
	介入後 n=3917	631 (16.1)	2876 (73.4)	—	410 (10.5)	<0.001

介入前と介入後ともに回答している者を対象とした。値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入前と介入後とを比較。

表 82-2. 塩分チェックシートの変化の集計：対照群

		0 点	1 点	2 点	3 点	2021 年度と 2022 年度の 差の検定	
これらの食品を食べる頻度	みそ汁、スープなど	2021 年度 n=3147	379 (12.0)	620 (19.7)	1535 (48.8)	613 (19.5)	<0.001
		2022 年度 n=3147	466 (14.8)	640 (20.3)	1516 (48.2)	525 (16.7)	
	つけ物、梅干しなど	2021 年度 n=3140	1521 (48.4)	754 (24.0)	715 (22.8)	150 (4.8)	<0.001
		2022 年度 n=3140	1484 (47.3)	743 (23.7)	761 (24.2)	152 (4.8)	
	ちくわ、かまぼこなどの練り製品	2021 年度 n=3115	1850 (59.4)	1076 (34.5)	189 (6.1)	—	<0.001
		2022 年度 n=3115	1841 (59.1)	1058 (34.0)	216 (6.9)	—	
	あじの開き、みりん干し、塩鮭など	2021 年度 n=3135	1831 (58.4)	1068 (34.1)	236 (7.5)	—	<0.001
		2022 年度 n=3135	1905 (60.8)	1021 (32.6)	209 (6.7)	—	
	ハムやソーセージ	2021 年度 n=3121	1259 (40.3)	1391 (44.6)	471 (15.1)	—	<0.001
		2022 年度 n=3121	1286 (41.2)	1391 (44.6)	444 (14.2)	—	
	うどん、ラーメンなどの麺類	2021 年度 n=3130	226 (7.2)	1547 (49.4)	1227 (39.2)	130 (4.2)	<0.001
		2022 年度 n=3130	232 (7.4)	1593 (50.9)	1185 (37.9)	120 (3.8)	
	せんべい、おかき、ポテトチップスなど	2021 年度 n=3123	1575 (50.4)	1127 (36.1)	421 (13.5)	—	<0.001
		2022 年度 n=3123	1675 (53.6)	1112 (35.6)	336 (10.8)	—	

		0 点	1 点	2 点	3 点	2021 年度と 2022 年度の 差の検定
しょうゆやソースなどをかける頻度は？	2021 年度 n=3131	459 (14.7)	1699 (54.3)	714 (22.8)	259 (8.3)	<0.001
	2022 年度 n=3131	463 (14.8)	1763 (56.3)	710 (22.7)	195 (6.2)	
うどん、ラーメンなどの汁は飲みますか？	2021 年度 n=3129	674 (21.5)	1180 (37.7)	941 (30.1)	334 (10.7)	<0.001
	2022 年度 n=3129	742 (23.7)	1180 (37.7)	908 (29.0)	299 (9.6)	
昼食で外食やコンビニ弁当などを利用しますか？	2021 年度 n=3121	1596 (51.1)	1170 (37.5)	264 (8.5)	91 (2.9)	<0.001
	2022 年度 n=3121	1619 (51.9)	1187 (38.0)	238 (7.6)	77 (2.5)	
夕食で外食やお惣菜などを利用しますか？	2021 年度 n=3118	889 (28.5)	1408 (45.2)	669 (21.5)	152 (4.9)	<0.001
	2022 年度 n=3118	918 (29.4)	1414 (45.4)	652 (20.9)	134 (4.3)	
家庭の味付けは外食と比べていかがですか？	2021 年度 n=3118	1428 (45.8)	—	1414 (45.4)	276 (8.9)	<0.001
	2022 年度 n=3118	1487 (47.7)	—	1374 (44.1)	257 (8.2)	<0.001
食事の量は多いと思いますか？	2021 年度 n=3130	520 (16.6)	2129 (68.0)	—	481 (15.4)	<0.001
	2022 年度 n=3130	551 (17.6)	2098 (67.0)	—	481 (15.4)	<0.001

2021 年度・2022 年度ともに回答している者を対象とした。値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて 2021 年度と 2022 年度とを比較。

表 83-1. カリウムチェックシートの変化の集計：介入群

		平均的な 1 日分の食事量（個・杯・つ・皿）								介入前と 介入後の 差の検定
			ほとんどない	1	2	3	4	5	6	
ご飯 パン めん類 など （主食）	おにぎり（コンビニサイズ）	介入前	2806	565	351	92	25	8	8	<0.001
		n=3855	(72.8)	(14.7)	(9.1)	(2.4)	(0.7)	(0.2)	(0.2)	
		介入後	2759	606	359	101	24	5	1	
		n=3855	(71.6)	(15.7)	(9.3)	(2.6)	(0.6)	(0.1)	(0.0)	
	ごはん（中茶碗中盛り）	介入前	147	1718	1306	606	55	23	44	<0.001
		n=3899	(3.8)	(44.1)	(33.5)	(15.5)	(1.4)	(0.6)	(1.1)	
		介入後	151	1766	1306	602	42	14	18	
		n=3899	(3.9)	(45.3)	(33.5)	(15.4)	(1.1)	(0.4)	(0.5)	
	パン（ロールパンは 2 個で 1 つとします）	介入前	1282	2050	436	61	17	14	15	<0.001
		n=3875	(33.1)	(52.9)	(11.3)	(1.6)	(0.4)	(0.4)	(0.4)	
		介入後	1274	2088	415	57	22	9	10	
		n=3875	(32.9)	(53.9)	(10.7)	(1.5)	(0.6)	(0.2)	(0.3)	
	めん類（どんぶり 1 杯、大皿 1 杯）	介入前	1524	2099	195	39	7	5	3	<0.001
		n=3872	(39.4)	(54.2)	(5.0)	(1.0)	(0.2)	(0.1)	(0.1)	
		介入後	1542	2076	187	58	5	1	3	
		n=3872	(39.8)	(53.6)	(4.8)	(1.5)	(0.1)	(0.0)	(0.1)	
肉・魚・卵 大豆製品 などを用いた料理 （主食）	小鉢・小皿の料理	介入前	281	2219	981	325	40	19	25	<0.001
		n=3890	(7.2)	(57.0)	(25.2)	(8.4)	(1.0)	(0.5)	(0.6)	
		介入後	256	2249	971	328	50	15	21	
		n=3890	(6.6)	(57.8)	(25.0)	(8.4)	(1.3)	(0.4)	(0.5)	
	大皿	介入前	398	2550	704	167	24	14	22	<0.001
		n=3879	(10.3)	(65.7)	(18.2)	(4.3)	(0.6)	(0.4)	(0.6)	
		介入後	433	2558	701	153	16	4	14	
		n=3879	(11.2)	(65.9)	(18.1)	(3.9)	(0.4)	(0.1)	(0.4)	

平均的な 1 日分の食事量（個・杯・つ・皿）										
			ほとんどない	1	2	3	4	5	6	介入前と 介入後の 差の検定
野菜・いも・豆 海藻・きのこ などを用いた料理 （副食）	小鉢・小皿の料理 具だくさん汁物	介入前	233	2051	1038	445	72	16	35	<0.001
		n=3890	(6.0)	(52.7)	(26.7)	(11.4)	(1.9)	(0.4)	(0.9)	
		介入後	350	2169	904	343	74	17	33	
		n=3890	(9.0)	(55.8)	(23.2)	(8.8)	(1.9)	(0.4)	(0.9)	
	大皿の料理	介入前	1014	2154	537	118	24	3	7	<0.001
		n=3857	(26.3)	(55.9)	(13.9)	(3.1)	(0.6)	(0.1)	(0.2)	
		介入後	941	2371	417	113	9	2	4	
		n=3857	(24.4)	(61.5)	(10.8)	(2.9)	(0.2)	(0.1)	(0.1)	
果物 （りんごは半分で 1 つとします）	介入前	1273	2023	451	107	19	6	14	<0.001	
	n=3893	(32.7)	(52.0)	(11.6)	(2.8)	(0.5)	(0.2)	(0.4)		
	介入後	1250	2052	443	95	24	9	20		
	n=3893	(32.1)	(52.7)	(11.4)	(2.4)	(0.6)	(0.2)	(0.5)		
牛乳・乳製品 （牛乳はコップ半杯で 1 つとします）	介入前	1160	1675	824	129	44	16	45	<0.001	
	n=3893	(29.8)	(43.0)	(21.2)	(3.3)	(1.1)	(0.4)	(1.2)		
	介入後	1144	1666	804	154	61	26	38		
	n=3893	(29.4)	(42.8)	(20.7)	(4.0)	(1.6)	(0.7)	(1.0)		
日本茶・コーヒー・紅 茶・ウーロン茶・ココ ア（嗜好飲料）	介入前	194	803	774	770	298	302	764	<0.001	
	n=3905	(5.0)	(20.6)	(19.8)	(19.7)	(7.6)	(7.7)	(19.6)		
	介入後	193	840	901	731	281	271	688		
	n=3905	(4.9)	(21.5)	(23.1)	(18.7)	(7.2)	(6.9)	(17.6)		
菓子類 （ショートケーキ小 1 個、どら焼き 1 個、 クッキー4 枚程度を 1 つ分とします）	介入前	1693	1775	315	75	19	9	12	<0.001	
	n=3898	(43.4)	(45.5)	(8.1)	(1.9)	(0.5)	(0.2)	(0.3)		
	介入後	1693	1803	317	64	9	5	7		
	n=3898	(43.4)	(46.3)	(8.1)	(1.6)	(0.2)	(0.1)	(0.2)		

介入前と介入後ともに回答している者を対象とした。値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて介入前と介入後とを比較。

表 83-2. カリウムチェックシートの変化の集計：対照群

		平均的な 1 日分の食事量（個・杯・つ・皿）								
			ほとんどない	1	2	3	4	5	6	2021 年度と 2022 年度の 差の検定
ご飯 パン めん類 など （主食）	おにぎり（コンビニサイズ）	2021 年度	1942	589	380	111	32	12	10	<0.001
		n=3076	(63.1)	(19.2)	(12.4)	(3.6)	(1.0)	(0.4)	(0.3)	
		2022 年度	1842	637	423	125	27	15	7	
		n=3076	(59.9)	(20.7)	(13.8)	(4.1)	(0.9)	(0.5)	(0.2)	
	ごはん（中茶碗中盛り）	2021 年度	152	1389	1030	435	64	33	28	<0.001
		n=3131	(4.9)	(44.4)	(32.9)	(13.9)	(2.0)	(1.1)	(0.9)	
		2022 年度	147	1542	994	361	53	19	15	
		n=3131	(4.7)	(49.3)	(31.8)	(11.5)	(1.7)	(0.6)	(0.5)	
	パン（ロールパンは 2 個で 1 つとします）	2021 年度	1104	1495	369	92	17	13	16	<0.001
		n=3106	(35.5)	(48.1)	(11.9)	(3.0)	(0.6)	(0.4)	(0.5)	
		2022 年度	1055	1532	417	75	15	5	7	
		n=3106	(34.0)	(49.3)	(13.4)	(2.4)	(0.5)	(0.2)	(0.2)	
	めん類（どんぶり 1 杯、大皿 1 杯）	2021 年度	1153	1758	132	38	9	4	0	<0.001
		n=3094	(37.3)	(56.8)	(4.3)	(1.2)	(0.3)	(0.1)	(0.0)	
		2022 年度	1155	1765	139	29	4	1	1	
		n=3094	(37.3)	(57.1)	(4.5)	(0.9)	(0.1)	(0.0)	(0.0)	
肉・魚・卵 大豆製品 などを用いた料理 （主食）	小鉢・小皿の料理	2021 年度	270	1741	801	233	36	22	15	<0.001
		n=3118	(8.7)	(55.8)	(25.7)	(7.5)	(1.2)	(0.7)	(0.5)	
		2022 年度	231	1688	877	248	39	20	15	
		n=3118	(7.4)	(54.1)	(28.1)	(8.0)	(1.3)	(0.6)	(0.5)	
	大皿	2021 年度	420	1971	560	120	12	10	13	<0.001
		n=3106	(13.5)	(63.5)	(18.0)	(3.9)	(0.4)	(0.3)	(0.4)	
		2022 年度	320	2063	555	135	12	7	14	
		n=3106	(10.3)	(66.4)	(17.9)	(4.4)	(0.4)	(0.2)	(0.5)	

平均的な 1 日分の食事量（個・杯・つ・皿）										
									2021 年度と 2022 年度の 差の検定	
		ほとんどない	1	2	3	4	5	6		
野菜・いも・豆 海藻・きのこ などを用いた料理 （副食）	小鉢・小皿の料理 具たくさん汁物	2021 年度	238	1884	690	216	39	25	32	<0.001
		n=3124	(7.6)	(60.3)	(22.1)	(6.9)	(1.3)	(0.8)	(1.0)	
		2022 年度	307	1935	618	204	32	12	16	
		n=3124	(9.8)	(61.9)	(19.8)	(6.5)	(1.0)	(0.4)	(0.5)	
	大皿の料理	2021 年度	1023	1714	264	57	9	10	6	<0.001
		n=3083	(33.2)	(55.6)	(8.6)	(1.9)	(0.3)	(0.3)	(0.2)	
		2022 年度	831	1900	274	60	10	4	4	
		n=3083	(27.0)	(61.6)	(8.9)	(2.0)	(0.3)	(0.1)	(0.1)	
果物 （りんごは半分で 1 つとします）	2021 年度	1221	1404	365	79	16	14	22	<0.001	
	n=3121	(39.1)	(45.0)	(11.7)	(2.5)	(0.5)	(0.5)	(0.7)		
	2022 年度	1226	1498	320	54	9	7	7		
	n=3121	(39.3)	(48.0)	(10.3)	(1.7)	(0.3)	(0.2)	(0.2)		
牛乳・乳製品 （牛乳はコップ半杯で 1 つとします）	2021 年度	1101	1254	529	140	45	14	35	<0.001	
	n=3118	(35.3)	(40.2)	(17.0)	(4.5)	(1.4)	(0.5)	(1.1)		
	2022 年度	998	1362	547	131	35	16	29		
	n=3118	(32.0)	(43.7)	(17.5)	(4.2)	(1.1)	(0.5)	(0.9)		
日本茶・コーヒー・ 紅茶・ウーロン茶・ ココア（嗜好飲料）	（1 杯はコーヒー茶碗 1 杯とします）	2021 年度	223	794	802	660	232	168	256	<0.001
		n=3135	(7.1)	(25.3)	(25.6)	(21.1)	(7.4)	(5.4)	(8.2)	
		2022 年度	227	861	783	641	193	166	264	
		n=3135	(7.2)	(27.5)	(25.0)	(20.5)	(6.2)	(5.3)	(8.4)	
菓子類	（ショートケーキ小 1 個、どら焼き 1 個、 クッキー4 枚程度を 1 つ分とします）	2021 年度	1291	1508	251	60	13	5	3	<0.001
		n=3131	(41.2)	(48.2)	(8.0)	(1.9)	(0.4)	(0.2)	(0.1)	
		2022 年度	1314	1497	252	52	9	3	4	
		n=3131	(42.0)	(47.8)	(8.1)	(1.7)	(0.3)	(0.1)	(0.1)	

2021 年度・2022 年度ともに回答している者を対象とした。値は人数とその割合；人（％）。* χ^2 乗検定を用いて 2021 年度と 2022 年度とを比較。

表 84-1. 2022 年度塩分チェックシート「食塩（塩分）の多い食品や味付けの濃い料理を控えていますか？」の問いに「はい」と答えた者の割合（全体）

介入群＋対照群		P 値
全体, n=6932	4492 (64. 8)	
性別		
男, n=3960	2203 (55. 6)	<0. 001
女, n=2972	2289 (77. 0)	
年齢階級別		
18-39 歳, n=2033	900 (44. 3)	<0. 001
40-64 歳, n=2199	1430 (65. 0)	
65-74 歳, n=2700	2162 (80. 1)	

値は n(%)。χ² 乗検定。

表 84-2. 2022 年度塩分チェックシート「食塩（塩分）の多い食品や味付けの濃い料理を控えていますか？」の問いに「はい」と答えた者の割合（介入群のみ）

介入群	P 値	
全体, n=3766	2558 (67.9)	
性別		
男, n=2077	1230 (59.2)	<0.001
女, n=1689	1328 (78.6)	
年齢階級別		
18-39 歳, n=823	366 (44.5)	<0.001
40-64 歳, n=1191	777 (65.2)	
65-74 歳, n=1752	1415 (80.8)	
実証フィールド別		
自治体 C, n=111	86 (77.5)	<0.001
自治体 D, n=195	152 (78.0)	
自治体 F, n=528	407 (77.1)	
自治体 E, n=164	134 (81.7)	
自治体 I, n=449	325 (72.4)	
自治体 K, n=378	249 (65.9)	
自治体 G, n=663	556 (83.9)	
L 社, n=965	505 (52.3)	
M 社, n=131	67 (51.2)	
N 社, n=182	77 (42.3)	

値は n(%)。χ² 乗検定。

自治体 A はデータ収集されていないため掲載せず。

表 84-3. 2022 年度塩分チェックシート「食塩（塩分）の多い食品や味付けの濃い料理を控えていますか？」の問いに「はい」と答えた者の割合（対照群のみ）

対照群		P 値
全体, n=3166	1934 (61.1)	
性別		
男, n=1883	973 (51.7)	<0.001
女, n=1283	961 (74.9)	
年齢階級別		
18-39 歳, n=1210	534 (44.1)	<0.001
40-64 歳, n=1008	653 (64.8)	
65-74 歳, n=948	747 (78.8)	
実証フィールド別		
自治体 B, n=185	152 (82.2)	<0.001
自治体 D, n=345	273 (79.1)	
自治体 E, n=64	55 (85.9)	
自治体 H, n=9	7 (77.8)	
自治体 J, n=668	497 (74.4)	
L 社, n=1895	950 (50.1)	

値は n(%)。χ² 乗検定。

0 社はデータ収集されていないため掲載せず。