

## 演題：社員食堂を介した協会けんぽ高血圧予防対策事業の実践からの報告

演者：○齋藤郁恵<sup>1)</sup>、畑淳子<sup>1)</sup>、早川岳人<sup>2)</sup>、各務竹康<sup>2)</sup>、福島哲仁<sup>2)</sup>

所属：1)全国健康保険協会福島支部、2)福島県立医科大学衛生学・予防医学講座

【目的】社員食堂を持つ全国健康保険協会（以下「協会けんぽ」）2事業所に対し、食堂の場を通して、健康教育を行うことで高血圧予防の意識啓発を行った結果について報告する。

【方法】対象者は、協会けんぽ加入の製造業A B 2社の従業員総数 515人で、男女比は8対2、平均年齢は42.25歳とした。内容は、①昼食時の教室「おとなも食育♪社員食堂から高血圧予防」開催ポスターを1カ月前から掲示、②開催日から2週間、減塩ポイントを示した卓上ポップを設置、③開催日から5日間、15分の保健師によるセミナー、④期間中に自動血圧器等10台を設置した。また、昼食を提供する給食産業に協力を得て、A社はカリウムの多いメニュー、B社はブラインドで味噌汁を段階的に1食1.35gから1.20gへ減塩し提供した。

結果の検証は、i)セミナー前後のアンケートで知識や行動の変容を集計した。ii)介入群279人をI群に、I群と同時期6から9月に健診を受診した未介入の32,018人をII群とし、健診結果からBMIと血圧値を基に検定を行った。

また、減塩味噌汁を実施したB社には1ヶ月後に前後の味噌汁を比較し、味覚の好みを表示させた。

【結果】i)塩分、肥満、カリウム、飲酒、喫煙、ストレス、運動のうち血圧に影響を及ぼすと思われるものについて複数回答の前後アンケートにおいて、終了後の方がA社（前n=116、後n=148）は7項目全てで「影響有」とする回答が増えた。B社（前n=88、後n=81）では「肥満」とする回答が11.8%増えた。「今健康のため気をつけていること」の項目の「食事」がA社6.1%、B社32.3%増えた。ii)25年度は24年度と比較し、I II両群で拡張期血圧が有意に減少していた（ $p < 0.01$ ）。BMI、収縮期血圧は両群ともに優位な減少はなかった。

また、B社の味噌汁の試飲では、39人中35人で減塩味噌汁の方が「良い」と示した。

【考察】社員食堂を教育の場とすることで、食事との関係をより意識させることができた。食塩の摂取の他にも肥満等多くの生活環境が高血圧の原因となることを知り、A B社員の生活の改善の動機付けになったと考えられる。また、食堂を介した本事業を報道機関から地域に情報提供ができ、他事業所からの実施要望がある等、健康意識の高揚につながった。今後は県全域展開に向け、食事を提供する社員食堂に限らず事業所の食事をする「場」を介した気軽なセミナーを検討していきたい。