

## 特定保健指導動機づけ支援における、2年連続終了者、2年連続未実施者の健診結果の検討

三重支部 保健グループ長 長谷川 早苗

保健グループ 岡本 麻衣

企画総務グループ 濱屋 賢治、伊藤 正法

---

### 概要

#### 【目的】

協会けんぽ三重支部において、特定保健指導実施者の健康診断効果の検証をした結果、平成21年度動機づけ支援実施群、未実施群に関して特定健診の各項目に有意差はみられなかった。今回、動機づけ支援の2年連続実施者について、2年連続未実施者の健診結果と比較・検討し効果的な特定保健指導の実践につなげる。

#### 【方法】

平成21年度、22年度ともに保健指導レベルが「動機づけ支援対象者」のうち、特定保健指導の実施の有無により、次の3群に分類し健診の各項目について分析を行った。

- ①平成21年度、22年度ともに動機づけ保健指導を実施し、6カ月評価を終了した健診データ（以下、「継続実施群」とする。）
- ②平成21年度のみ動機づけ保健指導を実施した健診データ（以下、「単独実施群」とする。）
- ③未実施者の健診データ（以下、「未実施群」とする。）

#### 【結果】

動機づけ支援において、継続実施群は、単独実施群と比較し、「腹囲」「BMI」「空腹時血糖」「GPT」について有意な改善がみられ、「血圧」「脂質」「尿酸」「腎機能」について有意差は認められなかった。

また、継続実施群と未実施群との比較では、全ての項目において有意差は認められなかった。

#### 【考察】

動機づけ支援対象者が特定保健指導を継続して実施する事の効果は、保健指導未実施群との比較ではみられなかったが、単独実施群の比較で効果が明らかになった。動機づけ支援は積極的支援と比較してリスクが低いため、対象者に積極的な生活改善の意欲を与えられなかった可能性がある。少ないアプローチの中で、生活習慣の改善につながるような初回面接が実施できるよう、保健指導実施者のスキルアップはもとより、使用する媒体などのハード面においても再度見直す必要がある。

また、単独実施群と未実施群の比較については未実施であり、今後実施し検討したい。

### 【はじめに】

21年度の特定保健指導実施群の内、「6ヶ月評価を終了し、22年度に健診を受けた487名の健診データ」、対照群として「21年度特定保健指導未実施群の内、22年度健診を受けた8,986名の健診データ」をもとに特定健診項目について分析した。結果として積極的支援実施群は未実施群に比べ、「腹囲」「BMI」「収縮期血圧」「GPT」「血清クレアチニン」の改善について有意な差があり、動機づけ支援実施群は「HDLコレステロール」の改善が有意であったという事が得られた。

この結果より、動機づけ支援の2年継続実施者は特定健診結果の更なる改善が見込めるのではないかという仮定を得た。

### 【目的】

生活習慣病予防健診受診者について、特定保健指導対象者に実施した動機づけ保健指導の効果検証を健診データから行い、効果的な保健指導の実践につなげる。

### 【方法】

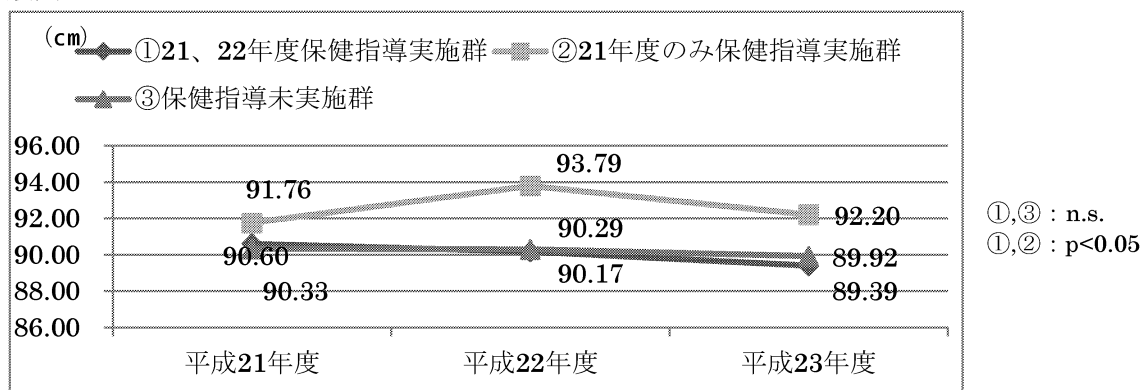
平成21年度、22年度ともに保健指導レベルが「動機づけ支援対象者」のうち、特定保健指導の実施の有無により次の3群に分類し、BMI、腹囲、収縮期血圧、拡張期血圧、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、肝機能、血糖、尿酸、腎機能の各項目に対し分析を行った。(t-検定)

- ①平成21年度、22年度ともに動機づけ保健指導を実施し、6ヶ月評価を終了した56人の健診データ（以下、「継続実施群」とする。）
- ②平成21年度のみ動機づけ保健指導を実施した25人の健診データ（以下、「単独実施群」とする。）
- ③未実施者1032人の健診データ（以下、「未実施群」とする。）

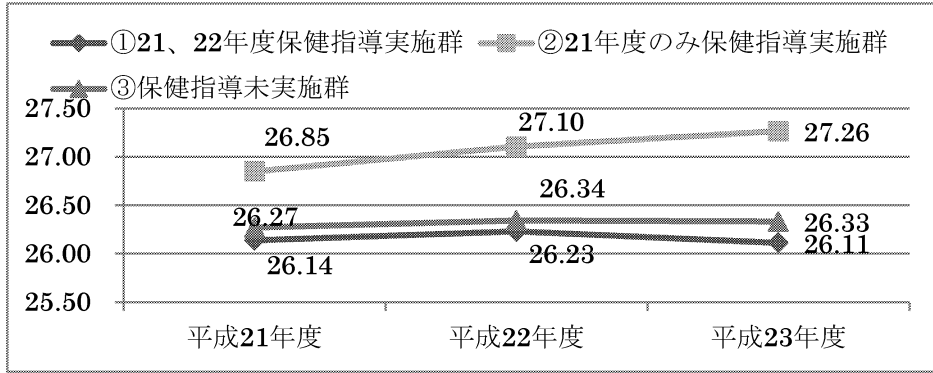
### 【結果】

動機づけ支援実施群（6ヶ月評価者）と未実施群についてt-検定を行った。

#### 腹囲

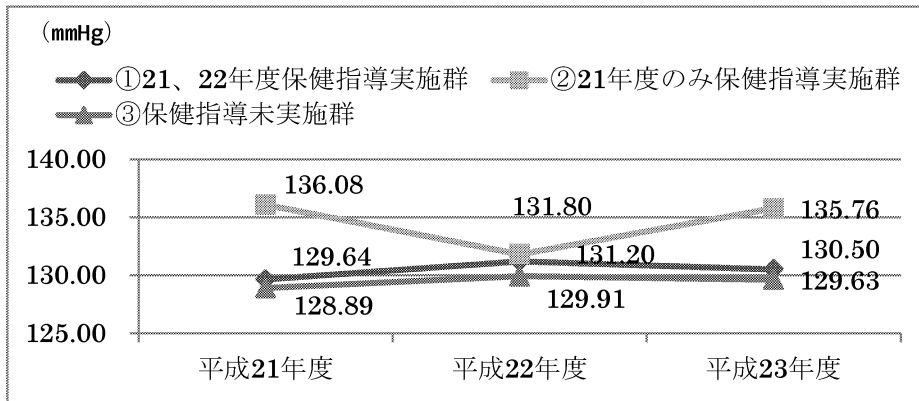


BMI



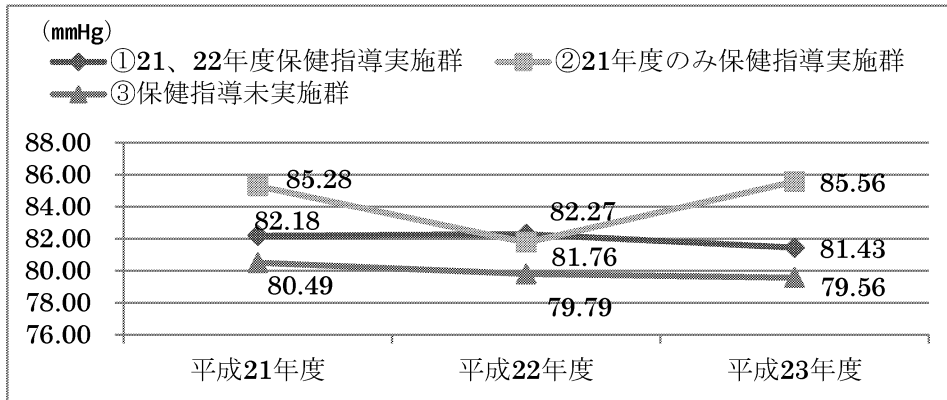
①,③ : n.s.  
①,② : p<0.05

収縮期血圧



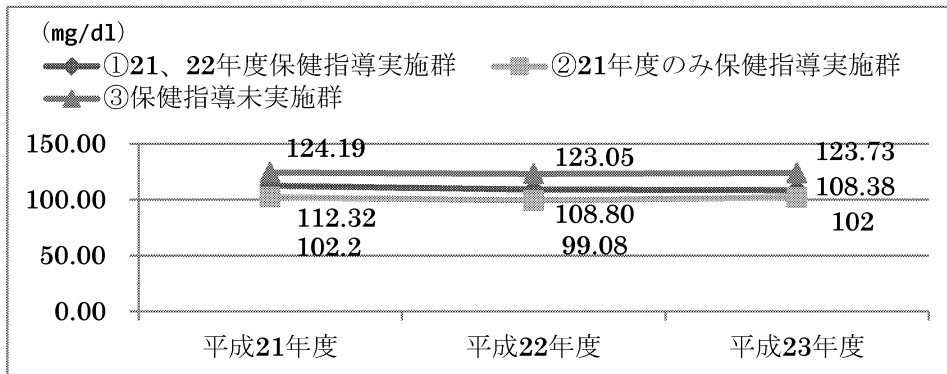
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

拡張期血圧



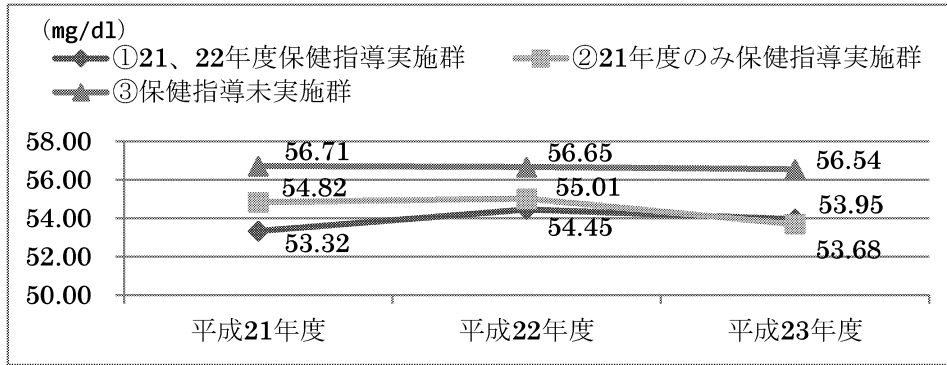
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

中性脂肪



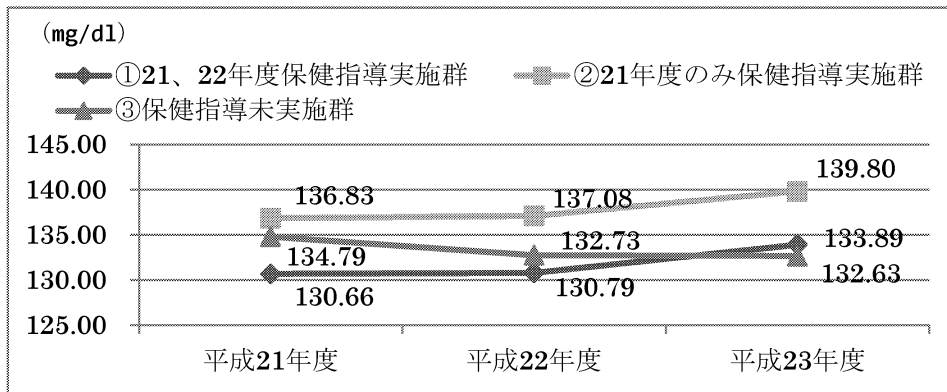
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

### HDL コレステロール



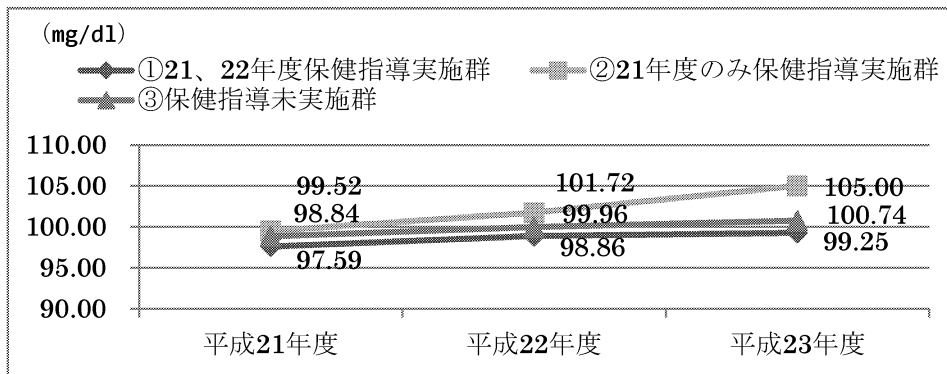
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

### LDL コレステロール



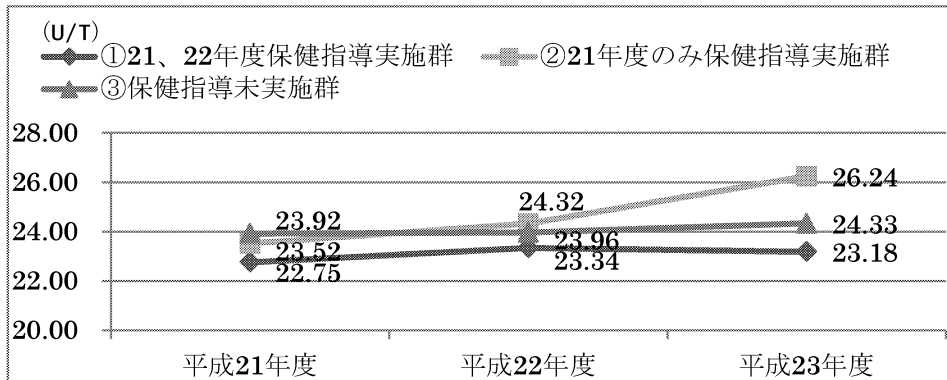
①,③ : p<0.05  
①,② : n.s.

### 空腹時血糖



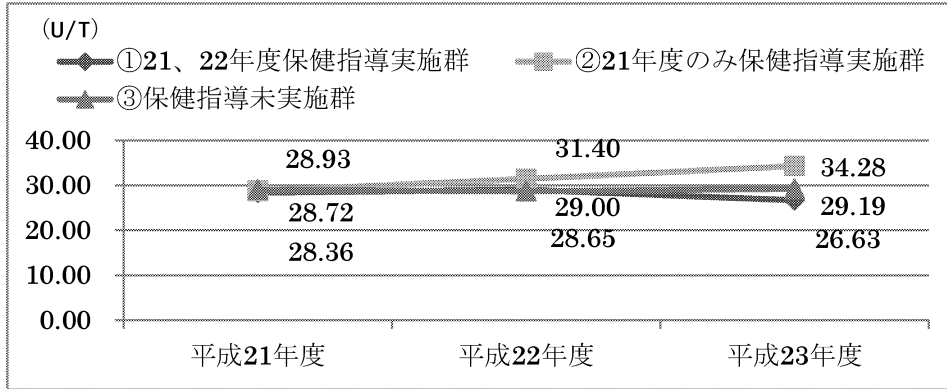
①,③ : n.s.  
①,② : p<0.05

### GOT



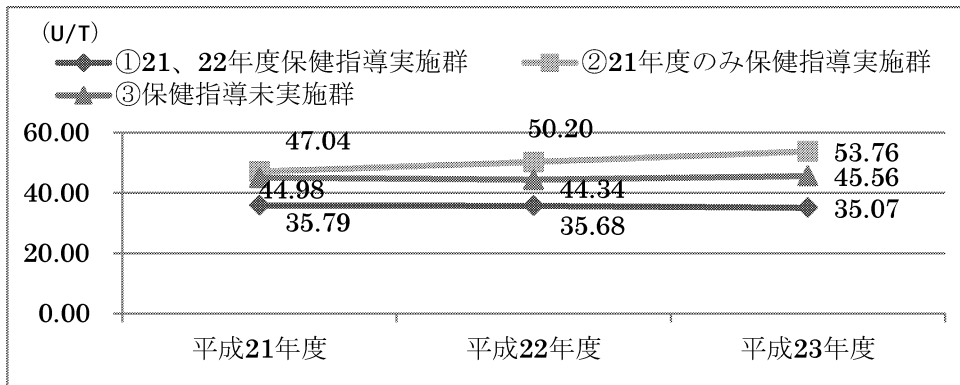
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

GPT



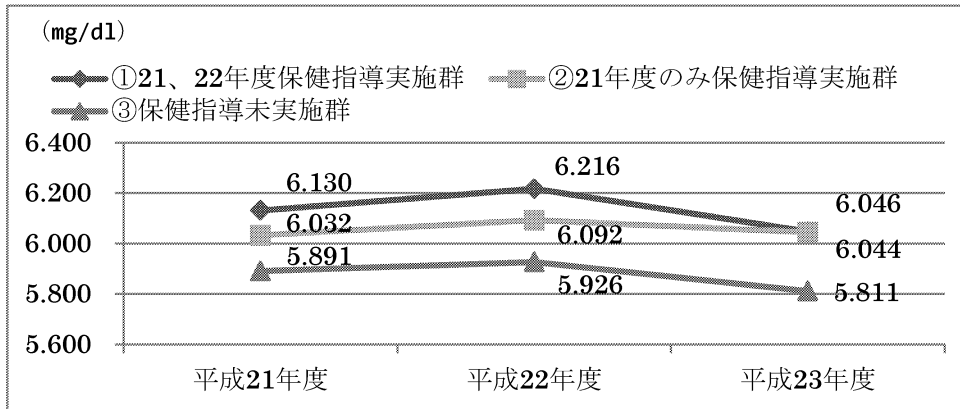
①,③ : n.s.  
①,② : p<0.05

γ-GTP



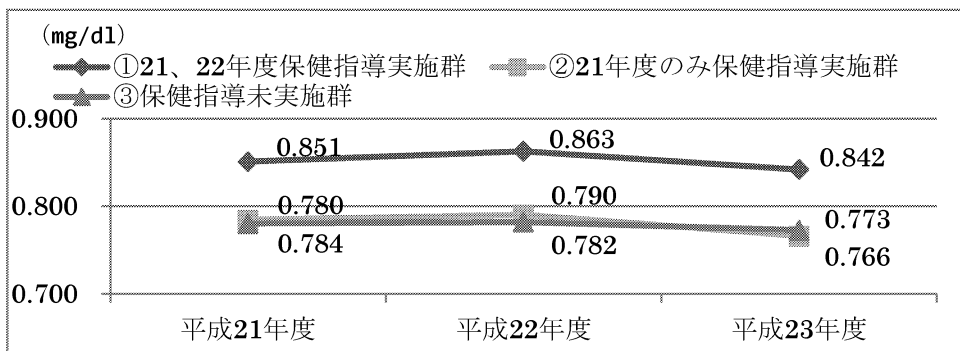
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

尿酸



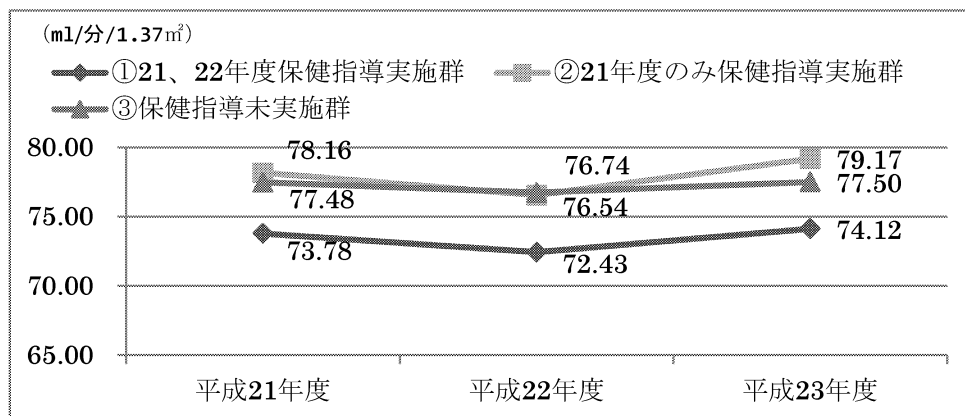
①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

血清クレアチニン



①,③ : n.s.  
①,② : n.s.

## eGFR



①,③ : n.s.

①,② : n.s.

動機づけ支援において、継続実施群は、単独実施群と比較し、「腹囲」「BMI」「空腹時血糖」「GPT」について有意な改善がみられ、「血压」「脂質」「尿酸」「腎機能」については有意差は認められなかった。

また、継続実施群と未実施群との比較では、全ての項目において有意差は認められなかった。

### 【考察】

動機づけ支援対象者が特定保健指導を継続して実施する事の効果は、未実施群との比較ではみられなかったが、単独実施群の比較で効果があった。従って、保健指導を継続利用する事の利点が示された。

動機づけ支援は積極的支援と比較してリスクが低いため、動機づけ支援で維持されていることより、「悪化しないように気をつけて頂いた」と保健指導担当者が理解し、対象者に積極的な生活改善の意欲を与えられなかった可能性がある。リスクが低ければ改善も容易であるため、保健指導実施者の意識改革が必要である。

報告時点では、個別面接の半年後に面接、電話、文書、メール支援のいずれかを行っているが、少ないアプローチの中で、確実に生活習慣の改善につながるような初回面接が実施できるよう、保健指導実施者のスキルアップはもとより、使用する媒体などのハード面においても再度見直す必要がある。

また、継続実施群と未実施群との比較で全ての項目において有意差が認められなかったことについては、今回検定を行った集団が小さいため、結果にバイアスがかかっている可能性も考えられる。次回以降、大集団での再検定が必要と考える。また、単独実施群と未実施群の比較については未実施であるため、今後実施を検討したい。