別紙２

◆　新手法検証モデル実施結果 「宿泊型保健指導」について ◆

宿泊型保健指導とは・・・家族等と一緒に宿泊をして、楽しみながら健康について学ぶことで、生活習慣の改善を行う。

実施年度：平成 30 年度
実施機関：聖隷福祉事業団　聖隷健康診断センター
参加人数：９名
終了者　：９名（終了率 100%）

＜内容＞
・講義
・食前・食後の血糖値測定
・学んだ食べ方を用いて、昼食摂取
・一部のコースのみ、翌日ジオパークウォーキング

＜参加者の傾向＞
　特定保健指導経験者、40～50 代の方が大半であった。宿泊費を自己負担しているため、個々の改善意識が高い。

＜評価時期における効果＞
平均体重２．４㎏減少、平均腹囲４．８cm 減少

＜令和元年度の実施について＞
　宿泊費などの本人負担が発生するため、参加者がなかなか集まらず、９名の参加者に対して、広報に要した費用と時間が大きかった。費用対効果の面より令和元年度については実施を見送ることとする。