

## 【 目的・背景 】

広島支部では、特定保健指導の実施率向上にあたり、保健指導者のマンパワー不足、特定保健指導の実施効率化の必要性、国のICT推進政策等を鑑み、平成22年度より積極的支援の対象者に、初回面談以降の支援についてICTを活用した「はらすまダイエット®」(以下、「ICT保健指導」※という。)を導入した。

このたび、広島支部被保険者の積極的支援に対して実施してきたICT保健指導について、その効果を確認するため、ICT介入・非介入群における体重減少率による効果の検証を行った。

※ICT保健指導とは参加者がパソコン、携帯電話、スマートフォンを使って毎日の行動を記録し、記録した情報は保健指導者が参照しメールによる指導を行うクラウド型健康支援サービスである。

はらすまダイエットは、株式会社製薬所の登録商標です。

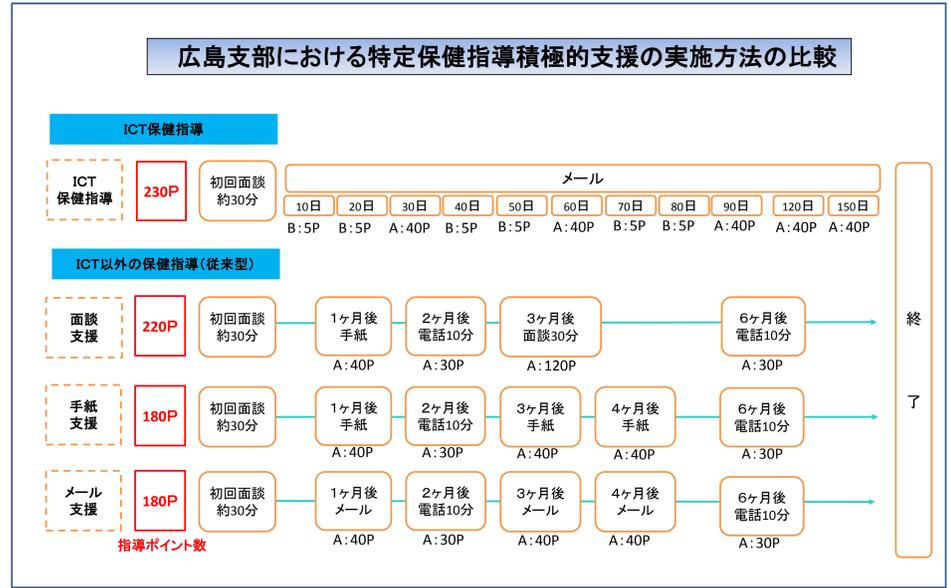
## 【 対象・分析方法 】

広島支部加入被保険者(40~74歳)において、特定健康診査受診後に平成22年度から平成25年度において特定保健指導を実施し、6カ月間の指導期間で途中終了することなく指導が完了した者を対象とした。

- カイ2乗検定、Mantel-extension検定
- 保健指導開始時より5%以上体重が減少した者

	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	合計
積極的支援対象者※1	18,918人	20,216人	21,939人	22,129人	83,202人
積極的支援受診	3,116人	4,071人	4,521人	3,934人	15,642人
積極的支援受診(再掲ICT)	816人	1,325人	1,353人	1,177人	4,671人
積極的支援受診(再掲従来)	1,207人	2,329人	3,118人	2,746人	9,400人
対象除外者(再掲)※2	1,093人	417人	50人	11人	1,571人
積極的支援終了(ICT介入群)	657人	1,154人	1,242人	1,001人	4,054人
積極的支援終了(ICT非介入群)	761人	1,834人	2,623人	2,305人	7,523人

※1 積極的支援対象者の年度は、健診の受診年度となります。他は、保健指導の年度になります。  
 ※2 除外対象者  
 ・初回面談の中断者、指導期間内にICT保健指導から従来型、従来型からICTへの移行した者、指導開始時及び終了時に体重が把握できない者、体重減少率が50%を超える者。



## 【 検証・結果 】

ICT介入群とICT非介入群の体重減少率			ICT介入群とICT非介入群の対象者属性別の体重減少率					
	ICT介入群	ICT非介入群	ICT介入群			ICT非介入群		
	体重減少者	体重非減少者	体重減少者	体重非減少者	合計	体重減少者	体重非減少者	合計
体重減少者	1,030人	1,068人	981人	2,839人	3,820人	978人	5,952人	6,930人
体重非減少者	3,024人	6,455人	49人	185人	234人	90人	503人	593人
合計	4,054人	7,523人	1,030人	3,024人	4,054人	1,068人	6,455人	7,523人
体重減少率	25.4%	14.2%	25.7%	20.9%	p<0.105	14.1%	15.2%	p<0.475

ICT介入群の対象者年齢群別の体重減少率								
年齢	ICT介入群			体重減少率	ICT非介入群			体重減少率
	体重減少者	体重非減少者	合計		体重減少者	体重非減少者	合計	
40~44歳	276人	931人	1,207人	22.9%	293人	1,376人	1,669人	17.6%
45~49歳	254人	784人	1,038人	24.5%	205人	1,287人	1,492人	13.7%
50~54歳	202人	614人	816人	24.8%	197人	1,317人	1,514人	13.0%
55~59歳	181人	435人	616人	29.4%	193人	1,291人	1,484人	13.0%
60歳以上	117人	260人	377人	31.0%	180人	1,184人	1,376人	13.2%
合計	1,030人	3,024人	4,054人	25.4%	1,068人	6,455人	7,523人	14.2%

ICT介入群における体重入力頻度別の体重減少率						ICT介入群とICT非介入群での保健指導者(保健師・管理栄養士)における体重減少率							
体重入力頻度	ICT介入群					小計	ICT介入群			ICT非介入群			
	5%以上	2~5%未満	変化なし±2%	2%以上増加	合計		体重減少者	体重非減少者	合計	体重減少者	体重非減少者	合計	
75%以上	659人	529人	428人	44人	1,660人	保健師	902人	2,579人	3,481人	保健師	880人	5,198人	6,078人
50~75%未満	152人	182人	173人	18人	525人	管理栄養士	128人	445人	573人	管理栄養士	187人	1,251人	1,438人
25~50%未満	119人	224人	265人	42人	650人	合計	1,030人	3,024人	4,054人	合計	1,067人	6,449人	7,516人
25%未満	99人	347人	666人	74人	1,186人								
合計	1,029人	1,282人	1,532人	178人	4,021人								

※ 除外対象者から、さらに一度も体重入力が無い被保険者(33名)を集計から除外。 p<0.001 p<0.069 ※ 除外対象者から、さらに広島支部以外の指導者が実施した被保険者(7件)を集計から除外。 p<0.150

## 【 まとめ 】

- ICT介入群とICT非介入群の比較では、ICT介入群の方が体重減少率の値が有意に高かった。
- ICT介入群とICT非介入群の性別による比較においては、ICT介入群では男性の体重減少率は女性と比べ高かったが有意差までは認められなかった。
- ICT非介入群では性差による差は見られなかった。
- ICT介入群とICT非介入群の年齢群による比較においては、ICT介入群では年齢が高い群で体重減少率が高い傾向が認められた。
- ICT非介入群では年齢群別の体重減少率に差が認められたが、年齢と体重減少率との傾向性は見られなかった。
- ICT介入群においては、体重入力頻度が高い群は高い体重減少率を示す傾向があることが明らかとなった。
- 保健指導者による体重減少率の比較においては、ICT介入群・ICT非介入群ともに有意な差は認められなかった。

## 【 結語 】

- ①特定保健指導が体重の減少に有効であることは知られているが、その中でもICTを用いた特定保健指導は体重減少に対して従来の特定保健指導と比較して有効なツールであることが明らかになった。
- ②ICT介入群では、年齢が高い群ほど体重減少率が高いことから、ICTを利用できる環境にある年齢が高い者にも、積極的に利用を促すことが有効である。
- ③保健師・管理栄養士の保健指導者による比較では、体重減少率に有意な差が認められなかったことから、医療保険者として保健指導者のマンパワーを最大限活用し、今後も特定保健指導の実施をさらに推進していきたい。