

三 部

考 察 と ま と め

考察とまとめ

1. 集団全体への対策の重要性と克服すべき問題

本共同研究は、厚生労働省の「健康日本 21」の目標達成のためにも、ここで開発された方略や支援教材、等が大いに役立つものと考えている。生活習慣病の予防には、「健康日本 21」に示された個々の目標値を達成すべく地域・職域で個々の保健医療対策を実践することにある。危険因子を有する個人に対する指導は、すでに本研究班の前段階の研究としても実施され、そこでの方法論や教材が広く流布され使用されている。個別指導には、それらの教材や方法を適宜その保健指導の場の実情に合わせ実施すれば、個人のリスク低下には大いに貢献するものと確信している。したがって、本共同研究においても、個別指導は全ての介入事業所（重点群）に実施されている。しかし、集団全体への対策は、ハイリスク者に対する個別指導のように、標準化した方法では実施できない事情がある。例えば、「健康日本 21」の目標の一つである「国民の食塩摂取量を 1 日当たり 10g 未満とする」を達成しようと思うと、集団全体に減塩対策を行い、対象者全員の食塩摂取量の平均値を下げる必要がある。そこで、食堂のメニューを評価し、減塩メニューや塩分表示をすることになるが、事業場によっては社員食堂がないこともあり、その場合には食堂を介した介入はできない。配達弁当会社への介入が必要となる。薄味の弁当をいかに作ってもらうか、買ってもらうか、苦勞の要る点である。

介入 6 事業所はそれぞれに異なり、それぞれの事業所に合わせた「オーダーメイド」の全体介入が必要であった。それでも、分煙に関しては事業場の各部署を個々に評価し、分煙室やコーナーの設置を積極的に進めることができた。

禁煙指導については、個別教育と全体介入を一体化したものとして、喫煙者に対する種々の禁煙イベントを実施することができた。イベントはともすればその繰り返しにより飽きられることが多く、実際に、そのような局面にも出くわしたが、ニコチンガムやニコチンパッチによる禁煙支援のイベントを適宜実施し、総計 80 名にも上る禁煙達成者をこの 2 年の介入期間の間に得ることができた。

栄養の全体介入は、食堂のある事業所では、社員食堂の展示メニューにおける栄養素表示、食塩量の表示、食堂の場を利用した栄養改善イベント、社員食堂の卓上に置く栄養改善のための知識提供一口メモ（POP メニュー）の提供、ポスターの作成、等を実施した。最も進んだ事業場では、社員食堂における減塩を実践し、料理における減塩はもちろんのこと、卓上に置く醤油の口を小さくするなどして、実際に一つの事業所社員の平均食塩排泄量を約 0.5g 減らすことができた。

運動に対する全体介入では、事業場内に「歩け歩け運動」のための歩道を 2 箇所の事業場に新たに設置することができた。また、身体活動促進のためのイベントを実施し、もっとも進んだ事

業場では、対象社員の 8 割以上が目標を掲げた歩行促進運動、すなわち「アクティブ・パスポート」を用いたイベントに参加し、8 割以上の人がある歩行促進目標を達成した。運動、栄養、禁煙、等に関する多くの知識提供やイベントへの参加のためのポスターも作成した。

しかし、本研究の本来の方法としては、既存の事業場の人的資源を活用して実施することになっているが、2, 3の事業所を除き常勤の保健医療従事者がいない所もあり、それら非常勤の保健医療従事者の協力は、ある程度は得られても、結果としては事務局をはじめとした研究者の大きな負担無しには実施し得ない現状が生まれている。

特に、全体介入は対象となる事業場の環境衛生担当部門の責任者との協議や現場の保健医療従事者の協力なしには実施し得ないものであり、その事業場の従業員の保健医療に大いに貢献するものであることが明確ではあっても、なかなか実施し得ない困難性を有している。

常に新鮮な企画を打ち出す工夫、実効の上る対策を考えること、研究者の適切な行動を支援・実施できる態勢構築、等が今後の解決すべき課題である。

II. 介入の実践により蓄積された知的資源

介入対象として参加した 6 事業場はそれぞれに特徴を持つ。常勤の保健医療従事者がいるところないところ、食堂のあるところないところ、事務管理部の統括がよいところと悪いところ、等さまざまである。これらの異なる事業場に対して、研究班の事務局と、運動、栄養、喫煙対策、等の担当者は、それぞれの実情にあった全体介入への処方箋を示しその対策を実施してきた。その中で生まれた支援教材は、ポスター、ポップメニュー、イベント企画、分煙の実践、等多数に上る。

これらの方法と教材群は、わが国の生活習慣病対策における実践の場において、大いに利用され役立つものと期待される。研究班として、これらの知的財産が手軽に利用できる環境を整えたいと考えている。

III. 既存の人的資源の有効活用とその限界

本研究は、その事業場における既存の人的資源を有効に活用して「生活習慣病」予防のための危険因子の低下を図ることを目標としている。しかし、必ずしも、協力して対策を組める人的資源が得られるとは限らない。そのような限界があっても、集団全体への対策を少しでも実践しないと、集団全体への効果は薄い。加えて、近年の社会情勢の変化は、いわゆる「リストラ」に代表される社会不安があり、ともすれば従業員への保健予防対策が過去の経済状況の良好であった時代よりも低下する状況にある。従業員の配置転換も、保健医療従事者に及んでおり、介入の実践に新たな障害を生んでいる。

しかし、ここで見られた現象は日本全国に当てはまるものであり、「健康日本 21」の目標達成

のためには、この困難を今後の工夫により乗り越えなければならない。

IV. 今後の問題と研究の展開

本年度で第二期の初年度が終了する。しかし、実際の介入は最も進んだ事業場でも3年目の介入に入ったところであり、多くは初年度から2年目の対策となっている。また、データの収集は、通年を通じて検診が実施されているところもあり、対策の評価はすぐには実施し得ない。本研究は、労働安全衛生法下の定期検診の成績を有効に活用することにより、研究費を有効利用している。したがって、その評価には年次の遅れを生じることは避けがたい。そのみならず、全体への介入実施が事業場の実情に合わせて実施しなければならないことと、研究者の負担増加のために、当初の予定よりは介入に遅れを生じる結果となった。

介入研究は、単なる観察研究と異なり最も困難な研究形態であることは良く知られている。そのために、実際にわが国ではこのような大規模な研究は実施されて来なかった。12事業所、7,000人の対象者、協力事業場を得ること自体が大変なことであった。

全体介入は、これらの困難を克服しながらも、班員の努力により進行している。今後は、運動、栄養、喫煙対策チームの協力体制の再構築、各事業場とその担当者のより協力的な関係の構築、等を解決しつつ、2年度目以降の介入を実践して行きたい。

個別健康教育については、その標準的な方法と有効性は確立しているが、現在の方法は原理的にも数多くの対象者に実施することは困難であり、今後とも、その指導方法のシステム改善にも心掛けたい。

四 部

研究成果の刊行に関する一覧表

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の編集者名	書籍名	出版社名	出版地	出版年	ページ
田中太一郎、岡村 智教	集団全体への対策の基本	上島弘嗣、小澤利男編	動脈硬化・老年病予防健診マニュアル	メジカルビュー社	東京	2001	154-156
由田克士、千葉良子	環境整備、栄養	上島弘嗣、小澤利男編	動脈硬化・老年病予防健診マニュアル	メジカルビュー社	東京	2001	157-159
三浦克之	環境整備、運動	上島弘嗣、小澤利男編	動脈硬化・老年病予防健診マニュアル	メジカルビュー社	東京	2001	160-161
大和浩、門脇崇	環境整備、喫煙対策	上島弘嗣、小澤利男編	動脈硬化・老年病予防健診マニュアル	メジカルビュー社	東京	2001	162-163
岡村智教、上島弘嗣	高血圧の発見・管理・治療	矢崎義雄、島田和幸	臨床高血圧	朝倉書店	東京	2002	19-24

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
Tanaka T, Okamura T, Miura K, et al.	A simple method to estimate populational 24-hour urinary sodium and potassium excretion using a casual urine specimen.	J Hum Hypertens	16	97-103	2002
岡村智教、他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のための長期介入研究（第1報）－研究の概要とベースライン所見－	栄養学雑誌	59(suppl)	357	2001
玉置淳子、他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のための長期介入研究（第2報）－栄養介入とベースライン行動変容段階－	栄養学雑誌	59(suppl)	358	2001
菊地有利子、他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のための長期介入研究（第3報）－ベースライン時の栄養摂取と血圧－	栄養学雑誌	59(suppl)	358	2001
由田克士、他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のための長期介入研究（第4報）－N 事業所における栄養介入の実例－	栄養学雑誌	59(suppl)	359	2001
岡村智教、他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のための長期介入研究－ベースライン所見の比較と介入1年後の効果についての検討－	日本公衆衛生雑誌	48(suppl)	257	2001

田中太郎、 他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のた めの長期介入研究-M 事業所における全体介 入の実例-	日本公衆衛生雑 誌	48(suppl)	257	2001
田村右内、他	末梢白血球数と禁煙後の期間の関連	日本公衆衛生雑 誌	48(suppl)	525	2001
岡村智教、他	本邦健常人集団における塩分・カリウム摂取 量を含む生活習慣と血圧値の関連について の疫学的検討	第 24 回日本高 血圧学会総会抄 録集		74	2001
木下藤寿、他	青・壮年者を対象とした生活習慣病予防のた めの長期介入研究-身体活動・運動関連の調 査結果-	第 4 回運動疫学 研究会研究集会 抄録集		(印刷中)	2001

資料

班員一覽

	所属		役職	氏名
主任研究者	滋賀医科大学	福祉保健医学	教授	上島 弘嗣
分担研究者	滋賀医科大学	福祉保健医学	助教授	岡村 智教
分担研究者	岩手医科大学医学部	衛生学公衆衛生学	教授	岡山 明
分担研究者	財団法人放射線影響研究所	統計部	主任研究員	等置 文善
分担研究者	福井医科大学	環境保健学教室	教授	日下 幸則
分担研究者	広島大学医学部	保健学科	教授	児玉 和紀
分担研究者	札幌医科大学医学部	内科学第2講座	講師	斎藤 重幸
分担研究者	和歌山県立医科大学	公衆衛生学教室	助教授	坂田 清美
分担研究者	慶應義塾大学医学部	衛生学公衆衛生学	講師	武林 亨
分担研究者	大阪府立成人病センター	調査部調査課	課長補佐	田中 英夫
分担研究者	大阪府立健康科学センター	健康度測定部	部長	内藤 義彦
分担研究者	金沢医科大学	公衆衛生学	教授	中川 秀昭
分担研究者	滋賀医科大学	第一内科	助教授	中村 保幸
分担研究者	自治医科大学	保健科学講座疫学・地域保健学部門	教授	中村 好一
分担研究者	九州大学健康科学センター		助教授	馬場園 明
分担研究者	山梨医科大学	保健学Ⅱ講座	教授	山縣 然太郎
分担研究者	産業医科大学産業生態研究所	労働衛生工学教室	助教授	大和 浩
研究協力者	松下健康管理センター		所長	浦野 澄郎
研究協力者	滋賀医科大学	福祉保健医学	助手	門脇 崇
研究協力者	滋賀医科大学	福祉保健医学	大学院生	神田 秀幸
研究協力者	慶應義塾大学医学部	衛生学公衆衛生学	大学院生	菊池 有利子
研究協力者	(財)和歌山健康センター	健康開発課	課長	木下 藤寿
研究協力者	奈良県立医科大学	公衆衛生学教室	講師	斉藤 功
研究協力者	滋賀医科大学	福祉保健医学	大学院生	田中 太一郎
研究協力者	島根医科大学	環境保健医学第一講座	助教授	谷原 真一
研究協力者	北海道大学	公衆衛生学	助手	玉置 淳子
研究協力者	(株)日立製作所半導体グループ甲府製造本部	健康管理センタ	産業医	田村 右内

班員一覽

	所属		役職	氏名
研究協力者	つくば国際短期大学	人間生活学科食物栄養専攻	教授	千葉 良子
研究協力者	横浜市立大学	公衆衛生学	教授	朽久保 修
研究協力者	大阪府立健康科学センター	脂質基準分析室		中村 雅一
研究協力者	大阪府立健康科学センター	健康生活推進部	部長	中村 正和
研究協力者	京都大学大学院医学研究科	社会健康医学専攻系医療システム情報学分野	助教授	中山 健夫
研究協力者	岩手医科大学医学部	衛生学公衆衛生学	助手	野原 勝
研究協力者	京都大学大学院医学研究科	社会健康医学専攻理論疫学分野	教授	福原 俊一
研究協力者	東京学芸大学	健康・スポーツ科学学科	助教授	藤枝 賢晴
研究協力者	(財)京都工場保健会	産業保健部	次長	古木 勝也
研究協力者	金沢医科大学	公衆衛生学	講師	三浦 克之
研究協力者	東京大学	医学教育国際協力研究センター	講師	水嶋 春朔
研究協力者	明治生命健康保険組合	東京診療所	所長	三好 裕司
研究協力者	山形県立米沢女子短期大学	健康栄養学科(健康運動科学研究室)	助教授	柳田 昌彦
研究協力者	ハートダム清心女子大学人間生活学部	食品栄養学科	助教授	由田 克士
研究協力者	自治医科大学	保健科学講座疫学・地域保健学部門	助手	渡辺 至
研究支援者	山梨医科大学	保健学Ⅱ講座		薬袋 淳子