

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)
総括・分担研究報告書

資料

付表2 対象別骨密度測定方法

対象別骨密度測定方法		平成17年度			平成19年度		
		全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
18歳(20歳)以上の男女	①超音波(QUS)	9(9.4)	5(10.4)	4(8.3)	9(9.4)	5(10.4)	4(8.3)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)	3(3.1)	1(2.1)	2(4.2)
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	1(1.0)	1(2.1)	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	⑦その他	0	0	0	0	0	0
18歳(20歳)以上の女性	①超音波(QUS)	9(9.4)	4(8.3)	5(10.4)	6(6.3)	3(6.3)	3(6.3)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	4(4.2)	3(6.3)	1(2.1)	3(3.1)	3(6.3)	1(2.1)
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	1(1.0)	1(2.1)	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	⑦その他	0	0	0	0	0	0
18歳~39歳の女性	①超音波(QUS)	7(7.3)	3(6.3)	4(8.3)	5(5.2)	2(4.2)	3(6.3)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	0	0	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	⑦その他	0	0	0	1(1.0)	1(2.1)	0
30・35・40・45・50・55・60歳の女性	①超音波(QUS)	6(6.3)	2(4.2)	4(8.3)	8(8.3)	3(6.3)	5(10.4)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	1(1.0)	1(2.1)	0	3(3.1)	2(4.2)	1(2.1)
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	2(2.1)	2(4.2)	0
	⑦その他	1(1.0)	0	1(2.1)	1(1.0)	0	1(2.1)
40・50歳の男女	①超音波(QUS)	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	1(1.0)	1(2.1)	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	2(2.1)	2(4.2)	0
	⑦その他	0	0	0	0	0	0
40・50歳の女性	①超音波(QUS)	7(7.3)	2(4.2)	5(10.4)	6(6.3)	2(4.2)	4(8.3)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	2(2.1)	1(2.1)	1(2.1)	2(2.1)	2(4.1)	0
	④腰椎(DXA)	1(2.1)	1(2.1)	0	1(2.1)	1(2.1)	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	2(2.1)	2(4.2)	0
	⑦その他	1(1.0)	1(2.1)	0	0	0	0
40・45・50・55・60歳の男女	①超音波(QUS)	6(6.3)	2(4.2)	4(8.3)	7(7.3)	2(4.2)	5(10.4)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	0	0	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	2(2.1)	2(4.2)	0
	⑦その他	0	0	0	0	0	0
40・45・50・55・60歳の女性	①超音波(QUS)	7(7.3)	2(4.2)	5(10.4)	7(7.3)	2(4.2)	5(10.4)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	1(1.0)	0	1(2.1)	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	2(2.1)	2(4.2)	0
	⑦その他	1(1.0)	1(2.1)	0	0	0	0
40・45・50・55・60・65・70歳の男女	①超音波(QUS)	3(3.1)	2(4.2)	1(2.1)	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)
	②一重X線吸収法(SXA)	0	0	0	0	0	0
	③前腕(DXA)	0	0	0	1(1.0)	1(2.1)	0
	④腰椎(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑤大腿骨近位部(DXA)	0	0	0	0	0	0
	⑥中手骨(MD, CXD, DIP)	2(2.1)	2(4.2)	0	2(2.1)	2(4.2)	0
	⑦その他	0	1(2.1)	0	0	0	0

付表2のつづき 対象別骨密度測定方法

対象別骨密度測定方法	平成17年度			平成19年度			
	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	
40・45・50・55・60・65・70歳の女性	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	8(8.3) 0 5(5.2) 1(1.0) 0 2(2.1) 0	4(8.3) 0 3(6.3) 0 0 2(4.2) 0	4(8.3) 0 2(4.2) 1(2.1) 0 0 0	16(16.7) 0 10(10.4) 2(2.1) 0 2(2.1) 2(2.1)	10(20.8) 0 6(12.5) 0 0 2(4.2) 1(2.1)	6(12.5) 0 4(8.3) 2(4.2) 0 0 1(2.1)
全住民	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	4(4.1) 0 0 0 0 0 0	3(6.3) 0 0 0 0 0 0	1(2.1) 0 0 0 0 0 0	5(5.2) 0 0 0 0 0 0	3(6.3) 0 0 0 0 0 0	2(4.2) 0 0 0 0 0 0
その他	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	21(21.9) 0 21(21.9) 2(2.1) 1(1.0) 3(3.1) 3(3.1)	10(20.8) 0 10(20.8) 1(2.1) 0 3(6.3) 2(4.2)	11(22.9) 0 11(22.9) 1(2.1) 1(2.1) 0 1(2.1)	18(18.8) 0 19(19.8) 2(2.1) 1(1.0) 1(1.0) 1(1.0)	9(18.8) 0 9(18.8) 1(2.1) 0 1(2.1) 0	9(18.8) 0 10(20.8) 1(2.1) 1(2.1) 0 1(2.1)
65歳以上の女性	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	4(4.2) 0 0 0 0 2(2.1) 0	2(4.2) 0 0 0 0 2(4.2) 0	2(4.2) 0 0 0 0 0 0	4(4.2) 0 0 0 0 2(2.1) 0	2(4.2) 0 0 0 0 2(4.2) 0	2(4.2) 0 0 0 0 0 0
75歳未満でリスクのある中高年男性 ③前腕 (DXA)		1(1.0)	0	1(2.1)	1(1.0)	0	1(2.1)
75歳以上の男性	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	3(3.1) 0 0 0 1(1.0) 1(1.0) 0	2(4.2) 0 0 0 1(2.1) 1(2.1) 0	1(2.1) 0 0 0 0 0 0	3(3.1) 0 0 0 0 2(2.1) 0	2(4.2) 0 0 0 0 2(4.2) 0	1(2.1) 0 0 0 0 0 0

(再掲)

対象別骨密度測定方法	平成17年度			平成19年度			
	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	
65歳以上の女性	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	24(25.0) 0 15(15.6) 1(1.0) 0 3(3.1) 2(2.1)	13(27.1) 0 8(16.7) 1(2.1) 0 3(6.3) 2(4.2)	11(22.9) 0 7(14.6) 0 0 0 0	18(18.8) 0 11(11.5) 1(1.0) 0 2(2.1) 0	10(20.8) 0 5(10.4) 1(2.1) 0 2(4.2) 0	8(16.7) 0 6(12.5) 0 0 0 0
75歳未満でリスクのある中高年男性 ③前腕 (DXA)		1(1.0)	0	1(2.1)	1(1.0)	0	1(2.1)
75歳以上の男性	①超音波 (QUS) ②一重X線吸収法 (SXA) ③前腕 (DXA) ④腰椎 (DXA) ⑤大腿骨近位部 (DXA) ⑥中手骨 (MD、CXD、DIP) ⑦その他	16(16.7) 0 8(8.3) 0 0 3(3.1) 0	8(16.7) 0 4(8.3) 0 0 3(6.3) 0	8(16.7) 0 4(8.3) 0 0 0 0	14(14.6) 0 7(7.3) 0 0 2(2.1) 0	7(14.6) 0 3(6.3) 0 0 2(4.2) 0	7(14.6) 0 4(8.3) 0 0 0 0

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)
 総括・分担研究報告書

付表3 対象別骨密度測定方法(再掲)

方法	推奨対象 格付け	n (%)					
		平成17年度			平成19年度		
		全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
超音波(QUS)		40(41.7)	17(35.4)	23(47.9)	43(44.8)	21(43.8)	22(45.8)
前腕(DXA)		36(37.5)	18(37.5)	18(37.5)	34(35.4)	18(37.5)	16(33.3)
腰椎(DXA)	(B)	5(5.2)	3(6.3)	2(4.2)	8(8.3)	4(8.3)	4(8.3)
大腿骨近位部(DXA)	(B)	3(3.1)	1(2.1)	2(4.2)	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)
その他		13(13.5)	10(20.8)	3(6.3)	9(9.4)	5(10.4)	4(8.3)

付表4 食品の摂取指導状況(平成17年度)

			n (%)		
		指導内容	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
①牛乳・乳製品	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	10(10.4)	5(10.4)	5(10.4)
		2.摂取を勧奨	78(81.3)	39(81.3)	39(81.3)
		3.毎日コップ3杯以上	8(8.3)	4(8.3)	4(8.3)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	11(11.5)	7(14.6)	4(8.3)
		2.摂取を勧奨	50(52.1)	25(52.1)	25(52.1)
		3.最低、毎日コップ1杯	35(36.5)	16(33.3)	19(39.6)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない	15(15.6)	8(16.7)	7(14.6)
		2.摂取を勧奨	47(49.0)	24(50.0)	23(47.9)
		3.毎日コップ1杯以上	34(35.4)	16(33.3)	18(37.5)
②大豆製品	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	12(12.5)	5(10.4)	7(14.6)
		2.摂取を勧奨	52(54.2)	24(50.0)	28(58.3)
		3.習慣的な摂取を勧奨	32(33.3)	19(39.6)	13(27.1)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	12(12.5)	6(12.5)	6(12.5)
		2.摂取を勧奨	49(51.0)	22(45.8)	27(56.3)
		3.習慣的な摂取を勧奨	35(36.5)	20(41.7)	15(31.3)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない	17(17.7)	8(16.7)	9(18.8)
		2.摂取を勧奨	45(46.9)	21(43.8)	24(50.0)
		3.習慣的な摂取を勧奨	34(35.4)	19(39.6)	15(31.3)

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)

総括・分担研究報告書

付表5 栄養素の摂取指導状況(平成17年度)

		指導内容	n (%)		
			全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
①カルシウム	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.食事から600~800mg/日以上	8(8.3) 42(43.8) 46(47.9)	4(8.3) 22(45.8) 22(45.8)	4(8.3) 20(41.7) 24(50.0)
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.食事から600~800mg/日以上	9(9.4) 39(40.6) 48(50.0)	6(12.5) 19(39.6) 23(47.9)	3(6.3) 20(41.7) 25(52.1)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.食事から600~800mg/日以上	15(15.6) 37(38.5) 44(45.8)	8(16.7) 18(37.5) 22(45.8)	7(14.6) 19(39.6) 22(45.8)
②カルシウムサプリメント	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、1g以上	76(79.2) 20(20.8) 0	41(85.4) 7(14.6) 0	35(72.9) 13(27.1) 0
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、1g以上	75(78.1) 21(21.9) 0	40(83.3) 8(16.7) 0	35(72.9) 13(27.1) 0
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、1g以上	76(79.2) 20(20.8) 0	41(85.4) 7(14.6) 0	35(72.9) 13(27.1) 0
③ビタミンD	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、10µg以上	21(21.9) 74(77.1) 1(1.0)	11(22.9) 36(75.0) 1(2.1)	10(20.8) 38(79.2) 0
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、10µg以上	21(21.9) 74(77.1) 1(1.0)	12(25.0) 35(72.9) 1(2.1)	9(18.8) 39(81.3) 0
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.十分なCa.毎日、20µg以上	27(28.1) 69(71.9) 0	14(29.2) 34(70.8) 0	13(27.1) 35(72.9) 0
④ビタミンK	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、300µg以上	49(51.0) 46(47.9) 1(1.0)	22(45.8) 25(52.1) 1(2.1)	27(56.3) 21(43.8) 0
	閉経後~ 65歳 未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、300µg以上	51(53.1) 44(45.8) 1(1.0)	23(47.9) 24(50.0) 1(2.1)	28(58.3) 20(41.7) 0
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、250µg以上	56(58.3) 40(41.7) 0	25(52.1) 23(47.9) 0	31(64.6) 17(35.4) 0
⑤ビタミンC	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、100mg以上	52(54.2) 42(43.8) 2(2.1)	25(52.1) 21(43.8) 2(4.2)	27(56.3) 21(43.8) 0
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.少なくとも100mg/日以上、500mg/日以上を推奨	52(54.2) 42(43.8) 2(2.1)	25(52.1) 21(43.8) 2(4.2)	27(56.3) 21(43.8) 0
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.毎日、100mg以上	56(58.3) 39(40.6) 1(1.0)	27(56.3) 20(41.7) 1(2.1)	29(60.4) 19(39.6) 0
⑥ビタミンA	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.食事からの摂取を勧奨 3.1500µgRE/日以下	64(66.7) 31(32.3) 1(1.0)	30(62.5) 17(35.4) 1(2.1)	34(70.8) 14(29.2) 0
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.食事からの摂取を勧奨 3.540µgRE~1500µgRE/日	65(67.7) 30(31.3) 1(1.0)	31(64.6) 16(33.3) 1(2.1)	34(70.8) 14(29.2) 0
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.食事からの摂取を勧奨 3.男性1500µgRE/日以下、女性1250µgRE/日以下	68(70.8) 28(29.2) 0	32(66.7) 16(33.3) 0	36(75.0) 12(25.0) 0
⑦マグネシウム	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.300mg/日の摂取を指導	58(60.4) 36(37.5) 2(2.1)	30(62.5) 17(35.4) 1(2.1)	28(58.3) 19(39.6) 1(2.1)
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.100~300mg/日の摂取を指導	59(61.5) 36(37.5) 1(1.0)	30(62.5) 17(35.4) 1(2.1)	29(60.4) 19(39.6) 0
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.高齢女性は300mg/日以下	63(65.6) 33(34.4) 0	32(66.7) 16(33.3) 0	31(64.6) 17(35.4) 0
⑧イソフラボン	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.継続した摂取を勧奨	63(65.6) 27(28.1) 6(6.3)	33(68.8) 11(22.9) 4(8.3)	30(62.5) 16(33.3) 2(4.2)
	閉経後~ 65歳未満女性	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.習慣的な摂取を勧奨	63(65.6) 27(28.1) 6(6.3)	33(68.8) 11(22.9) 4(8.3)	30(62.5) 16(33.3) 2(4.2)
	65歳以上高齢者	1.指導していない 2.摂取を勧奨 3.習慣的な摂取を勧奨	66(68.8) 25(26.0) 5(5.2)	34(70.8) 11(22.9) 3(6.3)	32(66.7) 14(29.2) 2(4.2)

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)
 総括・分担研究報告書

付表6 運動指導状況(平成17年度)

		指導内容	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
			n (%)		
①早足で歩く、ウォーキング、散歩	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.30分/週3回程度	10(10.4) 49(51.0) 37(38.5)	3(6.3) 26(54.2) 19(39.6)	7(14.6) 23(47.9) 18(37.5)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.30分/週3回程度	11(11.5) 48(50.0) 37(38.5)	4(8.3) 26(54.2) 18(37.5)	7(14.6) 22(45.8) 19(39.6)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.30分/週3回程度	17(17.7) 47(49.0) 32(33.3)	6(12.5) 24(50.0) 18(37.5)	11(22.9) 23(47.9) 14(29.2)
②エアロビクス、ランニング、ジャンプ等衝撃の強い運動	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.運動の習慣化を指導	71(74.0) 21(21.9) 4(4.2)	37(77.1) 9(18.8) 2(4.2)	34(70.8) 12(25.0) 2(4.2)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.運動の習慣化を指導	73(76.0) 19(19.8) 4(4.2)	39(81.3) 7(14.6) 2(4.2)	34(70.8) 12(25.0) 2(4.2)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.安全に継続できる運動を指導	77(80.2) 15(15.6) 4(4.2)	42(87.5) 4(8.3) 2(4.2)	35(72.9) 11(22.9) 2(4.2)
③ストレッチ等衝撃の弱い運動	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	23(24.0) 59(61.5) 14(14.6)	13(27.1) 27(56.3) 8(16.7)	10(20.8) 32(66.7) 6(12.5)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	24(25.0) 59(61.5) 13(13.5)	14(29.2) 27(56.3) 7(14.6)	10(20.8) 32(66.7) 6(12.5)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	30(31.3) 55(57.3) 11(11.5)	16(33.3) 25(52.1) 7(14.6)	14(29.2) 30(62.5) 4(8.3)
④ダンベル体操などで日常生活を活性化	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	71(74.0) 24(25.0) 1(1.0)	35(72.9) 12(25.0) 1(2.1)	36(75.0) 12(25.0) 0
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	71(74.0) 24(25.0) 1(1.0)	35(72.9) 12(50.0) 1(2.1)	36(75.0) 12(25.0) 0
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	75(78.1) 20(20.8) 1(1.0)	37(77.1) 10(20.8) 1(2.1)	38(72.9) 10(20.8) 0
⑤背筋を強化する筋力トレーニング	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	57(59.4) 34(35.4) 5(5.2)	29(60.4) 15(31.3) 4(8.3)	28(58.3) 19(39.6) 1(2.1)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	56(58.3) 36(37.5) 4(4.2)	28(58.3) 17(35.4) 3(6.3)	28(58.3) 19(39.6) 1(2.1)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	59(61.5) 35(36.5) 2(2.1)	31(64.6) 15(31.3) 2(4.2)	28(58.3) 20(41.7) 0
⑥足腰を強化する筋力トレーニング	閉経前 若年成人女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	39(40.6) 50(52.1) 7(7.3)	21(43.8) 22(45.8) 5(10.4)	18(37.5) 28(58.3) 2(4.2)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	39(40.6) 51(53.1) 6(6.3)	21(43.8) 23(47.9) 4(8.3)	18(37.5) 28(58.3) 2(4.2)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない 2.具体的な目標示さず勧奨 3.15分/週3回以上	37(38.5) 54(56.3) 5(5.2)	19(39.6) 25(52.1) 4(8.3)	18(37.5) 29(60.4) 1(2.1)

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)
総括・分担研究報告書

付表7 体重管理の指導状況(平成17年度)

					n (%)	
	指導内容	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)		χ^2 検定
① 肥満に対する指導	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	49(51.0)	28(58.3)	21(43.8)	
		2.減量を勧奨	14(14.6)	4(8.3)	10(20.8)	
		3.適正体重を提示し指導	33(34.4)	16(33.3)	17(35.4)	
	閉経後～ 65歳 未満女性	1.指導していない	50(52.1)	29(60.4)	21(43.8)	
		2.減量を勧奨	14(14.6)	4(8.3)	10(20.8)	
		3.適正体重を提示し指導	32(33.3)	15(31.3)	17(35.4)	
	65歳以上高齢 者	1.指導していない	54(56.3)	30(62.5)	24(50.0)	
		2.減量を勧奨	13(13.5)	5(10.4)	8(16.7)	
		3.適正体重を提示し指導	29(30.2)	13(27.1)	16(33.3)	
② 適正体重の維持	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	46(47.9)	27(56.3)	19(39.6)	p<0.01
		2.適正体重の維持を勧奨	28(29.2)	7(14.6)	21(43.8)	
		3.適正体重の維持を指導	22(22.9)	14(29.2)	8(16.7)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	47(49.0)	28(58.3)	19(39.6)	p<0.01
		2.適正体重の維持を勧奨	28(29.2)	7(14.6)	21(43.8)	
		3.適正体重の維持を指導	21(21.9)	13(27.1)	8(16.7)	
	65歳以上高齢 者	1.指導していない	50(52.1)	28(58.3)	22(45.8)	p<0.05
		2.適正体重の維持を勧奨	27(28.1)	8(16.7)	19(39.6)	
		3.適正体重の維持を指導	19(19.8)	12(25.0)	7(14.6)	
③ やせに対する指導	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	61(63.5)	36(75.0)	25(52.1)	p<0.01
		2.増量を勧奨	11(11.5)	1(2.1)	10(20.8)	
		3.適正体重を提示し指導	24(25.0)	11(22.9)	13(27.1)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	61(63.5)	36(75.0)	25(52.1)	p<0.01
		2.増量を勧奨	11(11.5)	1(2.1)	10(20.8)	
		3.適正体重を提示し指導	24(25.0)	11(22.9)	13(27.1)	
	65歳以上高齢 者	1.指導していない	67(39.8)	37(77.1)	30(62.5)	
		2.増量を勧奨	7(7.3)	1(2.1)	6(12.5)	
		3.適正体重を提示し指導	22(22.9)	10(20.8)	12(25.0)	

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)
 総括・分担研究報告書

付表8 嗜好品の指導状況(平成17年度)

			n (%)			
		指導内容	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)	χ^2 検定
①喫煙を始めない	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	63(65.6)	31(64.6)	32(66.7)	
		2.喫煙を始めない勧奨	16(16.7)	8(16.7)	8(16.7)	
		3.きちんと指導している	17(17.7)	9(18.8)	8(16.7)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	64(66.7)	32(66.7)	32(66.7)	
		2.喫煙を始めない勧奨	16(16.7)	8(16.7)	8(16.7)	
		3.きちんと指導している	16(16.7)	8(16.7)	8(16.7)	
	65歳以上高齢者	1.指導していない	67(69.8)	33(68.8)	34(70.8)	
		2.喫煙を始めない勧奨	14(14.6)	7(14.6)	7(14.6)	
		3.きちんと指導している	15(15.6)	8(16.7)	7(14.6)	
②喫煙者は禁煙する	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	41(42.7)	20(41.7)	21(43.8)	
		2.禁煙を勧奨	44(45.8)	22(45.8)	22(45.8)	
		3.禁煙指導を実施	11(11.5)	6(12.5)	5(10.4)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	42(43.8)	21(43.8)	21(43.8)	
		2.禁煙を勧奨	44(45.8)	22(45.8)	22(45.8)	
		3.禁煙指導を実施	10(10.4)	5(10.4)	5(10.4)	
	65歳以上高齢者	1.指導していない	46(47.9)	23(47.9)	23(47.9)	
		2.禁煙を勧奨	40(41.7)	20(41.7)	20(41.7)	
		3.禁煙指導を実施	10(10.4)	5(10.4)	5(10.4)	
③大量飲酒をしない	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	41(42.7)	22(45.8)	19(39.6)	
		2.大量飲酒しないよう勧奨	51(53.1)	24(50.0)	27(56.3)	
		3.禁酒指導を実施	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	42(43.8)	23(47.9)	19(39.6)	
		2.大量飲酒しないよう勧奨	50(52.1)	23(47.9)	27(56.3)	
		3.禁酒指導を実施	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)	
	65歳以上高齢者	1.指導していない	45(46.9)	23(47.9)	22(45.8)	
		2.大量飲酒しないよう勧奨	47(49.0)	23(47.9)	24(50.0)	
		3.禁酒指導を実施	4(4.2)	2(4.2)	2(4.2)	
④節酒する	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	43(44.8)	22(45.8)	21(43.8)	
		2.節度ある飲酒を勧奨	34(35.4)	16(33.3)	18(37.5)	
		3.量は酒1合、ビール中瓶 1本程度以下と指導	19(19.8)	10(20.8)	9(18.8)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	44(45.8)	23(47.9)	21(43.8)	
		2.節度ある飲酒を勧奨	33(34.4)	15(31.3)	18(37.5)	
		3.量は酒2合、ビール中瓶 1本程度以下と指導	19(19.8)	10(20.8)	9(18.8)	
	65歳以上高齢者	1.指導していない	48(50.0)	23(47.9)	25(52.1)	
		2.節度ある飲酒を勧奨	30(31.3)	14(29.2)	16(33.3)	
		3.量は酒2合、ビール中瓶 1本程度以下と指導	18(18.8)	11(22.9)	7(14.6)	
⑤コーヒーを控える	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	52(54.2)	28(58.3)	24(50.0)	
		2.飲み過ぎないように指導	38(39.6)	18(37.5)	20(41.7)	
		3.1日2杯程度と指導	6(6.3)	2(4.2)	4(8.3)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	53(55.2)	29(60.4)	24(50.0)	
		2.飲み過ぎないように指導	37(38.5)	17(35.4)	20(41.7)	
		3.1日2杯程度と指導	6(6.3)	2(4.2)	4(8.3)	
	65歳以上高齢者	1.指導していない	57(59.4)	30(62.5)	27(56.3)	
		2.飲み過ぎないように指導	34(35.4)	17(35.4)	17(35.4)	
		3.1日2杯程度と指導	5(5.2)	1(2.1)	4(8.3)	
⑥炭酸飲料を控える	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	59(61.5)	34(70.8)	25(52.1)	p<0.1
		2.控えるよう勧奨	24(25.0)	9(18.8)	15(31.3)	
		3.過剰摂取避けるよう指導	13(13.5)	5(10.4)	8(16.7)	
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	60(62.5)	35(72.9)	25(52.1)	
		2.控えるよう勧奨	24(25.0)	8(16.7)	16(33.3)	
		3.過剰摂取避けるよう指導	12(12.5)	5(10.4)	7(14.6)	
	65歳以上高齢者	1.指導していない	64(66.7)	35(72.9)	29(60.4)	
		2.控えるよう勧奨	21(21.9)	8(16.7)	13(27.1)	
		3.過剰摂取避けるよう指導	11(11.5)	5(10.4)	6(12.5)	

厚生労働科学研究費補助金(医療安全・医療技術評価総合研究事業)
 総括・分担研究報告書

付表9 転倒予防指導状況(平成17年度)

			n (%)		
		指導内容	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
①転倒既往がある高齢者への指導・助言	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	47(49.0)	27(56.3)	20(41.7)
		2.目標示さず勧奨	9(9.4)	4(8.3)	5(10.4)
		3.具体的に指導している	40(41.7)	17(35.4)	23(47.9)
	65歳以上高齢者	1.指導していない	30(31.3)	18(37.5)	12(25.0)
		2.目標示さず勧奨	12(12.5)	6(12.5)	6(12.5)
		3.具体的に指導している	54(56.3)	24(50.0)	30(62.5)
②バランス運動を含む全身的運動を生活に取り入れるための指導・助言	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	34(35.4)	18(37.5)	16(33.3)
		2.目標示さず勧奨	44(45.8)	22(45.8)	22(45.8)
		3.週3回以上の運動を指導	18(18.8)	8(16.7)	10(20.8)
	65歳以上高齢者	1.指導していない	17(17.7)	7(14.6)	10(20.8)
		2.目標示さず勧奨	53(55.2)	30(62.5)	23(47.9)
		3.週3回以上の運動を指導	26(27.1)	11(22.9)	15(31.3)
③危険因子を検討した行動変容に関する指導・助言	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	51(53.1)	27(56.3)	24(50.0)
		2.具体的ではなく勧奨	15(15.6)	6(12.5)	9(18.8)
		3.具体的に指導している	30(31.3)	15(31.3)	15(31.3)
	65歳以上高齢者	1.指導していない	37(38.5)	18(37.5)	19(39.6)
		2.具体的ではなく勧奨	18(18.8)	9(18.8)	9(18.8)
		3.具体的に指導している	41(42.7)	21(43.8)	20(41.7)
④居住環境を改善するための指導・助言	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	45(46.9)	23(47.9)	22(45.8)
		2.具体的ではなく勧奨	20(20.8)	8(16.7)	12(20.5)
		3.具体的に指導している	31(32.3)	17(35.4)	14(29.2)
	65歳以上高齢者	1.指導していない	26(27.1)	13(27.1)	13(27.1)
		2.具体的ではなく勧奨	25(26.0)	10(20.8)	15(31.3)
		3.具体的に指導している	45(46.9)	25(52.1)	20(41.7)

付表10 日光浴の指導状況(平成17年度)

			n (%)		
		指導内容	全体 (n=96)	介入群 (n=48)	対照群 (n=48)
①毎日30分の日光浴を勧める	閉経前 若年成人女性	1.30分の日光浴を指導	6(6.3)	4(8.3)	2(4.2)
		2.日光浴を勧奨	12(12.5)	7(14.6)	5(10.4)
		3.指導していない	78(81.3)	37(77.1)	41(85.4)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.30分の日光浴を指導	6(7.3)	4(8.3)	2(4.2)
		2.日光浴を勧奨	12(12.5)	7(14.6)	5(10.4)
		3.指導していない	78(81.3)	37(77.1)	41(85.4)
	65歳以上 高齢者	1.30分の日光浴を指導	7(7.3)	5(10.4)	2(4.2)
		2.日光浴を勧奨	10(10.4)	6(12.5)	4(8.3)
		3.指導していない	79(82.3)	37(77.1)	42(87.5)
②日常生活の中で の外出程度で十分と指導	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	27(28.1)	15(31.3)	12(25.0)
		2.外出を勧奨	26(27.1)	12(25.0)	14(29.2)
		3.外出で十分と指導	43(44.8)	21(43.8)	22(45.8)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	28(29.2)	16(33.3)	12(25.0)
		2.外出を勧奨	26(27.1)	12(25.0)	14(29.2)
		3.外出で十分と指導	42(43.8)	20(41.7)	22(45.8)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない	32(33.3)	17(35.4)	15(31.3)
		2.外出を勧奨	23(24.0)	9(18.8)	14(29.2)
		3.外出で十分と指導	41(42.7)	22(45.8)	19(39.6)
③日光浴は勧めないと指導	閉経前 若年成人女性	1.指導していない	79(82.3)	40(83.3)	39(81.3)
		2.日光浴を勧奨	7(7.3)	4(8.3)	3(6.3)
		3.日光浴は勧めないと指導	10(10.4)	4(8.3)	6(12.5)
	閉経後～ 65歳未満女性	1.指導していない	79(82.3)	40(83.3)	39(81.3)
		2.日光浴を勧奨	7(7.3)	4(8.3)	3(6.3)
		3.日光浴は勧めないと指導	10(10.4)	4(8.3)	6(12.5)
	65歳以上 高齢者	1.指導していない	82(85.4)	41(85.4)	41(85.4)
		2.日光浴を勧奨	5(5.2)	3(6.3)	2(4.2)
		3.日光浴は勧めないと指導	9(9.4)	4(8.3)	5(10.4)

2. 健康教育・健康相談の対象は誰でしたか。該当するもの全てに○印をつけて下さい。

1	骨密度測定の対象者	2	骨密度測定を受診者
3	骨密度測定の下骨量者(要精検・要治療)	4	全住民(広報等により周知した応募者)
5	地区組織からの要望	6	その他()

3. 健康教育・健康相談の来訪者数をご記入下さい。

(事業が終了していない場合は来訪予定者数をご記入ください。) () 人

4. 健康教育・健康相談は誰が実施しましたか。該当するもの全てに○印をつけて下さい。

1	保健センター又は自治体職員が実施した	2	外部機関が実施した
3	その他()		

IV. 骨折・骨粗鬆症予防のための保健指導項目の各々について、対象別に該当する番号に○をつけてください。

1. 骨粗鬆症予防のための食品の摂取指導

対象 食品	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
① 牛乳・乳製品	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日コップ3杯以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 最低、毎日コップ1杯	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標値を示さず摂取を勧奨 3. 毎日コップ1杯以上
② 大豆製品	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨

2. 骨粗鬆症予防のための栄養素の摂取指導

対象 栄養素	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
①カルシウム	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 食事から800mg/日以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 食事から800mg/日以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 食事から800mg/日以上
②食事からの摂取が不十分な場合にカルシウムサプリメント使用	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、1g以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、1g以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、1g以上
③ビタミンD	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、10μg以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、10μg以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 十分なカルシウムに加え、毎日、20μg以上
④ビタミンK	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、300μg以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、300μg以上	1. 指導していない 2. 特に具体的な目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、250μg以上

対象	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
⑤ビタミンC	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、100mg以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 少なくとも100mg/日以上500mg/日以上を推奨	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日、100mg以上
⑥ビタミンA	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 1500 μ gRE/日以下	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 毎日540 μ gRE以上～1500 μ gRE以下	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 男性1500 μ gRE/日以下、女性1250 μ gRE/日以下
⑦マグネシウム	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 300mg/日の摂取を指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 100～300mg/日の摂取を指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 高齢女性は300mg/日以下
⑧イソフラボン	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨

※具体例

①カルシウム	<p>* 食事から 800mg：牛乳：約800cc（※牛乳200ccでカルシウム213mg）、ヨーグルト（全脂無糖）：670g（500gパック1.5個）、プロセスチーズ：125g（スライス7枚程度）</p> <p>* 総量で 1.5g：上記2倍弱</p> <p>※野菜類（きのこ類、海藻類を含む）の平均的な摂取量（350g）で230mgのCaの摂取が可能、乳製品、とうふ、卵、シラス干し、きなこ、佃煮などに多く含まれる</p>
②カルシウムサプリメント	<p>* 1g：（例）ファンケルのサプリメント（栄養機能食品）</p> <p>・1日の摂取目安量の6粒：カルシウム350mg（※1gのカルシウムとなると、約3倍量）</p>
③ビタミンD	<p>* 400IU：10μg：・カツオ、マグロ 100g程度（7切れ程度）</p> <p>* 800IU：20μg：上記の2倍</p> <p>※肝油、肝臓、イワシ、カツオ、マグロ、しらす干し、強化マーガリン、きのこ類に多い</p>
④ビタミンK	<p>* 300μg：納豆50g（1パック）、ほうれん草100g（1/2束）</p> <p>* 250μg：上記の5/6</p> <p>※納豆、ブロッコリー、ほうれん草、緑黄色野菜、肉類、油脂類に多い</p> <p>※成人女性の目安量は60～65μg</p>
⑤ビタミンC	<p>* 100mg：みかん3～4個（310g）、じゃがいもM2個（285g）</p> <p>* 500mg：上記5倍</p> <p>※果物、野菜、芋類、豆類、緑茶に多く、野菜類（きのこ類、海藻類を含む）350gの摂取で、80mg程度のビタミンCの摂取が可能</p>
⑥ビタミンA	<p>* 5000IU：1500μgRE</p> <p>・レバーやうなぎを連日、多食するなどしない限り、通常の食品からの摂取は非現実的</p> <p>* 1800IU：540μgRE</p> <p>・にんじん80g（中くらいのにんじん）、ほうれん草170g（一束）で600μgRE</p> <p>・牛乳1本で75μgRE、卵1個で75μgRE</p> <p>※肝油、バター、牛乳、チーズ、卵、強化マーガリン、緑黄色野菜に多い</p>
⑦マグネシウム	<p>* 100～300mg：ほうれん草のおひたし170g（一束）で70mg+バナナ1本で30mg=100mg</p> <p>※魚介類、肉類、ほうれん草、バナナ、香辛料に多く、成人女性の推奨量は、270～290mg</p>
⑧イソフラボン	大豆、大豆製品からの摂取を勧奨、サプリメントにおいては過剰摂取への注意を喚起

※判断ができない場合は、①～⑧の具体例を参考に指導内容をそのままご記入ください。

①カルシウム
②カルシウムサプリメント
③ビタミンD
④ビタミンK
⑤ビタミンC
⑥ビタミンA
⑦マグネシウム
⑧イソフラボン

3. 骨粗鬆症予防のための運動指導

運動	対象	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
①早足で歩く ウォーキング・散歩		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず摂取を勧奨 3. 30分/週3回程度	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 30分/週3回程度	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 30分/週3回程度
②エアロビクス、 ランニング、ジャンプ 等衝撃の強い運動		1. 指導していない 2. 習慣化に触れずに勧奨 3. 運動の習慣化を指導	1. 指導していない 2. 習慣化に触れずに勧奨 3. 運動の習慣化を指導	1. 指導していない 2. 安全・継続化に触れずに勧奨 3. 安全に継続できる運動を指導
③ストレッチ等 衝撃の弱い運動		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上
④ダンベル体操などで 日常生活を活発化		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上
⑤背筋を強化する 筋力トレーニング		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上
⑥足腰を強化する 筋力トレーニング		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 15分/週3回以上

※判断ができない場合は、指導内容をそのままご記入ください。

①早足で歩く、ウォーキング、散歩：
②エアロビクス、ランニング、ジャンプ等衝撃の強い運動：
③ストレッチング等、衝撃の弱い運動：
④ダンベル体操などで日常生活を活発化：
⑤背筋を強化する筋力トレーニング：
⑥足腰を強化する筋力トレーニング：

4. 骨粗鬆症予防のための日光浴指導

日光浴	対象	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
①毎日30分の日光浴を勧める		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず日光浴を勧奨 3. 30分の日光浴を指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず日光浴を勧奨 3. 30分の日光浴を指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず日光浴を勧奨 3. 30分の日光浴を指導
②日常生活の中での外出程度で十分と指導		1. 指導していない 2. 外出を勧奨 3. 外出で十分だと指導	1. 指導していない 2. 外出を勧奨 3. 外出で十分だと指導	1. 指導していない 2. 外出を勧奨 3. 外出で十分だと指導
③日光浴は勧めないと指導		1. 指導していない 2. 日光浴を勧奨 3. 日光浴は勧めないと指導	1. 指導していない 2. 日光浴を勧奨 3. 日光浴は勧めないと指導	1. 指導していない 2. 日光浴を勧奨 3. 日光浴は勧めないと指導

5. 骨粗鬆症予防のための体重管理指導

体重管理	対象	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
①肥満に対する指導		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず減量を勧奨 3. 適正体重を提示し指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず減量を勧奨 3. 適正体重を提示し指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず減量を勧奨 3. 適正体重を提示し指導
②適正体重の維持		1. 指導していない 2. 適正体重の維持を勧奨 3. 適正体重を提示し指導	1. 指導していない 2. 適正体重の維持を勧奨 3. 適正体重を提示し指導	1. 指導していない 2. 適正体重の維持を勧奨 3. 適正体重を提示し指導
③やせに対する指導		1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず増量を勧奨 3. 適正体重を提示し指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず増量を勧奨 3. 適正体重を提示し指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず増量を勧奨 3. 適正体重を提示し指導

6. 骨粗鬆症予防のための嗜好品の指導

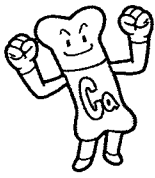
嗜好品 \ 対象	閉経前の若年成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
①喫煙を始めない	1. 指導していない 2. 喫煙を始めない勧奨 3. きちんと指導している	1. 指導していない 2. 喫煙を始めない勧奨 3. きちんと指導している	1. 指導していない 2. 喫煙を始めない勧奨 3. きちんと指導している
②喫煙者は禁煙する	1. 指導していない 2. 禁煙を勧奨 3. 禁煙指導を実施	1. 指導していない 2. 禁煙を勧奨 3. 禁煙指導を実施	1. 指導していない 2. 禁煙を勧奨 3. 禁煙指導を実施
③大量飲酒をしない	1. 指導していない 2. 大量飲酒しないよう勧奨 3. 禁酒指導を実施	1. 指導していない 2. 大量飲酒しないよう勧奨 3. 禁酒指導を実施	1. 指導していない 2. 大量飲酒しないよう勧奨 3. 禁酒指導を実施
④節酒する	1. 指導していない 2. 節度ある飲酒を勧奨 3. 量は酒2合、ビール中瓶1本程度以下と指導	1. 指導していない 2. 節度ある飲酒を勧奨 3. 量は酒2合、ビール中瓶1本程度以下と指導	1. 指導していない 2. 節度ある飲酒を勧奨 3. 量は酒2合、ビール中瓶1本程度以下と指導
⑤コーヒーを控える	1. 指導していない 2. 飲み過ぎないよう指導 3. 1日2杯程度と指導	1. 指導していない 2. 飲み過ぎないよう指導 3. 1日2杯程度と指導	1. 指導していない 2. 飲み過ぎないよう指導 3. 1日2杯程度と指導
⑥炭酸飲料を控える	1. 指導していない 2. 控えるよう勧奨している 3. 過剰摂取の弊害を説明して指導	1. 指導していない 2. 控えるよう勧奨している 3. 過剰摂取の弊害を説明して指導	1. 指導していない 2. 控えるよう勧奨している 3. 過剰摂取の弊害を説明して指導

7. 骨折予防のための転倒予防指導

転倒予防指導 \ 対象	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の高齢者
①転倒既往がある高齢者への指導・助言	1. 指導していない 2. 具体的ではなく勧奨している 3. 具体的に指導している	1. 指導していない 2. 具体的ではなく勧奨している 3. 具体的に指導している
②バランス運動を含む全身的運動を生活に取り入れるための指導・助言	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 週3回以上の運動を指導	1. 指導していない 2. 特に具体的目標を示さず勧奨 3. 週3回以上の運動を指導
③危険因子を検討した行動変容に関する指導・助言	1. 指導していない 2. 具体的ではなく勧奨している 3. 具体的に指導している	1. 指導していない 2. 具体的ではなく勧奨している 3. 具体的に指導している
④居住環境を改善するための指導・助言	1. 指導していない 2. 具体的ではなく勧奨している 3. 具体的に指導している	1. 指導していない 2. 具体的ではなく勧奨している 3. 具体的に指導している

お忙しいところ、調査にご協力いただき本当にありがとうございました。

本調査票は、後日、訪問調査者が伺った時にご提出ください。



平成19年11月30日

分担研究者

梶田悦子

名古屋大学医学部地域在宅看護学 教授

玉置淳子

近畿大学医学部公衆衛生学 講師

中谷芳美

浜松医科大学地域看護学 講師

小松美砂

聖十字看護専門学校

愛別町 保健福祉課

谷口 様

平成19年度 厚生労働科学研究費補助金 医療安全・医療技術評価総合研究事業
「エビデンスに基づく骨折予防ガイドラインの有効性評価と効率的なエビデンスコミュニケーションの実施方法に関する研究」班

主任研究者 伊木雅之(近畿大学医学部公衆衛生学 教授)

分担研究者 玉置淳子(近畿大学医学部公衆衛生学 講師)

拝啓

年の瀬の足音が聞こえてきそうな季節となりましたが、みな様におかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、昨年度より表記の「エビデンスに基づく骨折予防ガイドラインの有効性評価」研究にご協力いただき、まことにありがとうございます。ご案内のように、昨年度に当研究班の分担研究者梶田悦子名古屋大学医学部地域在宅看護学教授の研究協力者が貴職を訪問して実施しました事前調査の後、近畿大学側でガイドラインを使用して骨折・骨粗鬆症対策を更新していただくグループと使用せずに更新していただくグループとに無作為に割り付けました。その結果、貴自治体は

ガイドライン使用群

になりましたので、同ガイドラインをご使用いただき、貴自治体での骨折・骨粗鬆症対策の更新をお願いしたところです。それからほぼ1年が経過しましたので、骨折・骨粗鬆症対策についての事後調査を実施したいと存じます。今年度中に分担研究者の梶田悦子教授の研究協力者が貴職を訪問し、昨年度とほぼ同様な内容のインタビューをさせていただきます。後日、日程調整のご連絡を申し上げますので、ぜひよろしくご協力の程、お願い申し上げます。

なお、本研究の全体計画、実施手順、ならびに注意事項につきましては別紙をご参照ください。

同封物は以下の通りですので、ご確認ください。

本文書

研究実施計画の概要と説明図(平成18年度にお送りしたものとほぼ同じです)

実施手順と注意事項

骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票①

骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票②

なお、本研究に関するお問い合わせは名古屋大学ではなく、下記にお願いいたします。

本書類は事前調査にご協力頂きました担当者様にお送りしていますが、所属長宛の依頼状が必要な場合は、下記までメール、電話、あるいはFAXでお知らせください。

お忙しい中たいへん恐縮ですが、何卒ご協力の程、お願い申し上げます。

敬具

問い合わせ先

近畿大学医学部公衆衛生学教室

電話 072-366-0221

内線 3270 (伊木)

3271 (玉置)

fax 072-367-8262

E-mail : pbl-h@med.kindai.ac.jp

実施手順と注意事項

(ガイドライン使用群)

本研究の目的

昨年度もお伝えしましたように、本研究の目的はガイドラインの有効性を評価することで、貴自治体の対策を評価することではありません。したがって、私たちはガイドラインを使うことによって起こる対策の変化に関心があります。また、貴自治体がどのような対策を実施しているとしても、それを貴自治体の許可なく公表したり、厚生労働省に報告することはありません。

事後調査のお願いと調査者バイアス対策

(1) 対策が昨年度と変わっていない場合

昨年この時期に事前調査にご協力頂いた後、無作為割り付けをした結果、貴自治体はガイドライン使用群になりました。しかし、諸般の事情から骨折・骨粗鬆症対策の更新を十分にできなかった場合もあるかと存じます。また、ガイドラインをほとんど参考にしなかった自治体もあるでしょう。その場合もぜひ事後調査にご協力ください。更新できなかった、参考にしなかった、あるいは参考にならなかった、そのような結果が大切なデータなので

。できるだけお手間を取らせないようにいたしますので、どうぞご協力の程お願い申し上げます。

(2) 調査者バイアス対策について

一般に、被調査員が介入群であるか非介入群であるかを調査員が知っていると、調査員の意識/無意識の影響が調査結果に入りこみ、結果の信頼性が損なわれると言われていています。たとえば、調査対象が介入群であるとわかった上で調査をすると、改善しているはずだ、という思いが結果に反映される可能性があります。これを「調査者バイアス」と言います。このバイアスは、回答者がどちらの群に割り付けられているかを調査員に知らせずに調査を行うことによって避けることができます。本研究でもその方法を用います。すなわち、事後調査のために名古屋大学グループの者が貴自治体を訪問しますが、その者に貴自治体がガイドライン使用群であるかないかを、事後調査のインタビューが済むまでは、決して知らせないようにしてください。そのためには、

①インタビューの際に「ガイドラインによると・・・」というような言葉はもちろん、「エビデンスレベルは・・・」とか「推奨のグレードは・・・」といったガイドラインに特有な用語はお使いにならないでください。

②ガイドラインの冊子を調査員の目にとまるところには置かないでください。

③骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票②を見るとガイドライン使用群かどうかわかりますので、この調査票は割付キーの封筒を開けるまで調査員にわたさないでください。

などにご留意ください。この点はぜひご理解、ご協力をお願いいたします。

訪問調査の前に

(1) 日程の調整

昨年と同様に名古屋大学の研究グループの研究協力員が貴自治体を訪問して骨折・骨粗鬆症対策についてインタビューをさせていただきます。近日中にその日程調整のための電話を差し上げます。たいへんお手数ですが、お受けくださいますようお願い申し上げます。

昨今の自治体には予算、人員をはじめ様々な制約があります。ガイドライン群に割り当てられても対策をほとんど更新できなかった場合もあるでしょう。それはそれで大切なデータなので、ありのままをお答えいただければ結構です。どうぞインタビュー調査にご協力ください。

訪問日程は平成20年2月上旬までであればいつでもかまいませんので、調査員とご相談の上、お決めください。

(2) 骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票①の記入

「骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票①」に訪問調査の前までにご回答ください。調査員が訪問した時には、本調査票に基づいてインタビューをさせていただきます。内容は昨年度の事前調査と

ほぼ同じです。不明の点がありましたら、伊木か玉置にご連絡いただくか、調査員に直接お尋ねください。

(3) 骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票②の記入

「骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票②」にも訪問調査の前までにご回答ください。この調査票は「地域保健におけるエビデンスに基づく骨折・骨粗鬆症予防ガイドライン」の内容や使い勝手、あるいは情報提供の方法などについてみな様のご意見をいただくものです。これにつきましても、調査員が訪問しました際に内容を確認させていただきます。

(4) 骨折・骨粗鬆症対策についてのご質問の記入

骨折・骨粗鬆症対策について何かご質問があれば、この用紙にご記入ください。訪問調査の際に調査員がお答えできればしますが、できないものにつきましては、後日、伊木、あるいは梶田が責任をもってお答えいたします。

訪問調査の手順

- (1) 事後調査は骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票①に基づいて行います。調査員が「白い方の調査票、骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票①を戴けますか」と言いますので、同調査票をおわたしてください。この際、ピンクの骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票②は絶対にわたさないでください。
- (2) インタビューは調査票の回答の確認が中心です。インタビューにあたっては、前述の調査者バイアス対策のため、貴自治体がガイドライン使用群であるかないかを、くれぐれも調査員に知らせないようにご配慮ください。
- (3) 事後調査が済みましたら、調査員が持参する封筒に事後調査票を入れて厳封します。これをもって事後調査が終了します。
- (4) 調査員が前回同封しました「割付キー」と書かれた封筒をわたすよう求めますので、調査員におわたしてください。この封筒の中には貴自治体がガイドライン使用群であるかないかの情報が入っています。調査員がこれを開封することによって、貴自治体の割付状況が調査員に明らかになるわけです。
- (5) 続いて、調査員が「ピンクの調査票、骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事後調査票②を戴けますか」と言いますので、同調査票をおわたしてください。この調査票に基づき、ガイドラインの使い勝手などについての若干のインタビューがありますので、それにお答えください。また、ガイドラインに対する苦言・提言などご意見をご自由にお知らせください。加えて、ガイドライン以外の対策情報の提供方法などについてもご意見を戴けましたら、今後の有効で効率的な情報提供の方法を確立するために参考にさせていただきます。
- (6) 最後に、「骨折・骨粗鬆症対策についてのご質問はありますか」と調査員が尋ねますので、ありましたら、質問用紙を調査員におわたしてください。調査員がその場でお答えできないものにつきましては、後日、伊木、あるいは梶田が責任をもってお答えします。

研究結果の公表について

研究結果は、平成19年度末に厚生労働省に厚生労働科学研究報告書としてまとめられ、提出されます。その後、学術雑誌や学会で発表されることがあります。しかし、前述のように貴自治体の対策そのものを公表したり、厚生労働省に報告することはありません。研究結果の概要は紙媒体か電子媒体で貴自治体にもお知らせいたします。

ただし、貴自治体の取り組みが本研究班によってきわめてユニークで有効なものであると評価された場合には、貴自治体の許可を得た上で、ホームページに掲載するなどの方法で広く情報として公開することは予定しています。その際には是非ご協力をよろしくお願い申し上げます。

以上、よろしくお願い申し上げます。

(文責 主任研究者 伊木雅之)