

- 11 玉置淳子、伊木雅之. 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. 伊木雅之編: 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報告書, 2008.
- 12 小松美砂、梶田悦子、玉置淳子、中谷芳美、由良晶子、伊木雅之. 全国市町村におけるエビデンスに基づく骨粗鬆症予防対策の実施状況と関連要因. 民族衛生 2008 (in press).

資 料

2006年7月吉日

市区町村 骨折・骨粗鬆症予防事業担当課 主担当者殿

平成18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 梶田 悦子

(名古屋大学医学部地域看護学 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)

調査研究の協力について (お願い)

拝啓

貴職におかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

近年、エビデンスに基づく保健活動の実践が提唱されており、健康日本21計画の柱の1つに科学的根拠のある施策の実施が挙げられております。しかし、各地域において実施されている取り組みがエビデンスに基づいているかどうかは必ずしも明確でなく、骨折・骨粗鬆症予防事業についても同様の現状にあります。このような状況を改善するため、私共は最新のエビデンスを効果的に現場に伝えるための研究を行っております。

さて、この度、本研究班では、厚生労働省の研究助成を受け、各市区町村で実施されている骨折・骨粗鬆症予防事業の全国実態調査を実施することになりました。

つきましては、調査票を同封いたしますので、骨折・骨粗鬆症予防事業に携わる方(保健師・栄養士・運動指導士等)にご回答いただきますようお願い申し上げます。

ご記入頂いた調査票は、8月31日(木)までに同封の封筒にてご返送願います。また、本調査に関するご質問等は、何なりと下記の事務局までお問い合わせ下さい。

お忙しい所、大変恐縮ですが、何卒ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

敬具

追記：市町村合併が進む折、文書の送付先が新住所に対応していない場合もあると思われます。ご了承くださいますようお願い申し上げます。

問い合わせ事務局

名古屋大学医学部保健学科

〒461-8673 名古屋市東区大幸南 1-1-20

電話 052-719-1569 (梶田)

090-1864-1276 (担当 小松美砂)

E-mail : komatsu327@palette.plala.or.jp

II. 骨粗鬆症検診についてお伺いします。

1. 平成 17 年度に骨粗鬆症検診を実施しましたか。

1 はい 2 いいえ

「いいえ」の場合は、4ページの「III. 骨粗鬆症予防のための健康教育」にお進み下さい

(1) 骨粗鬆症検診の企画を担当したのは誰ですか。該当するもの全てに○印をつけて下さい。

1 <input type="checkbox"/>	保健師	2 <input type="checkbox"/>	看護師	3 <input type="checkbox"/>	管理栄養士	4 <input type="checkbox"/>	栄養士	5 <input type="checkbox"/>	医師
6 <input type="checkbox"/>	理学療法士	7 <input type="checkbox"/>	作業療法士	8 <input type="checkbox"/>	事務職	9 <input type="checkbox"/>	その他 ()		

(2) 骨粗鬆症検診の企画にあたって資料を参考にしましたか。

1 はい 2 いいえ

(2)-1. どのような資料を参考にしましたか。

参考にした資料について、該当するもの全てに○印をつけて下さい。

1 <input type="checkbox"/>	厚生労働省の基準による指導マニュアル	2 <input type="checkbox"/>	各都道府県で作成した指導マニュアル
3 <input type="checkbox"/>	各市町村で実施した調査結果	4 <input type="checkbox"/>	老人保健法による骨粗鬆症予防マニュアル
5 <input type="checkbox"/>	骨粗鬆症による寝たきり防止マニュアル	6 <input type="checkbox"/>	健康教育ガイドライン
7 <input type="checkbox"/>	若い女性における骨粗鬆症予防のための健診・指導マニュアル	8 <input type="checkbox"/>	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
9 <input type="checkbox"/>	その他 ()		

(2)-2. その資料をどの程度参考に企画しましたか。

1 <input type="checkbox"/>	ほぼ資料通りに企画した	2 <input type="checkbox"/>	資料の一部を変更して企画した
3 <input type="checkbox"/>	資料の大部分を変更して企画した	4 <input type="checkbox"/>	結局、ほとんど自力で企画した
5 <input type="checkbox"/>	その他 ()		

(3)-1. 骨粗鬆症検診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 <input type="checkbox"/>	40歳の女性	2 <input type="checkbox"/>	45歳の女性	3 <input type="checkbox"/>	50歳の女性	4 <input type="checkbox"/>	55歳の女性
5 <input type="checkbox"/>	60歳の女性	6 <input type="checkbox"/>	65歳の女性	7 <input type="checkbox"/>	70歳の女性	8 <input type="checkbox"/>	65歳以上の女性
9 <input type="checkbox"/>	70歳以上の男性	10 <input type="checkbox"/>	全住民	11 <input type="checkbox"/>	その他 ()		

(3)-2. (3)-1. で○をつけた対象に、骨粗鬆症検診を何年間隔で受診することを推奨していますか。

() 内に年齢を記入し、最も該当する間隔に○印をつけて下さい。

()~()歳	1 <input type="checkbox"/>	毎年	2 <input type="checkbox"/>	2年	3 <input type="checkbox"/>	3年	4 <input type="checkbox"/>	5年	5 <input type="checkbox"/>	10年	6 <input type="checkbox"/>	していない
()~()歳	1 <input type="checkbox"/>	毎年	2 <input type="checkbox"/>	2年	3 <input type="checkbox"/>	3年	4 <input type="checkbox"/>	5年	5 <input type="checkbox"/>	10年	6 <input type="checkbox"/>	していない
()~()歳	1 <input type="checkbox"/>	毎年	2 <input type="checkbox"/>	2年	3 <input type="checkbox"/>	3年	4 <input type="checkbox"/>	5年	5 <input type="checkbox"/>	10年	6 <input type="checkbox"/>	していない
その他 ()	1 <input type="checkbox"/>	毎年	2 <input type="checkbox"/>	2年	3 <input type="checkbox"/>	3年	4 <input type="checkbox"/>	5年	5 <input type="checkbox"/>	10年	6 <input type="checkbox"/>	していない

(3)-3. 骨粗鬆症検診の対象を、リスク要因のある者を把握した上で選定しましたか。

1 はい 2 いいえ

リスク要因を具体的に記入して下さい ()

→ (3)-4. 平成17年度の骨粗鬆症検診の受診者数をご記入下さい。()人

→ (4) 骨粗鬆症検診の項目毎に、実施した機関について、該当するもの全てに○印をつけて下さい。

検診項目	保健センターまたは自治体職員が実施した	外部機関が実施した	実施しなかった
会場の受付			
問診			
骨密度測定			
身体計測			
結果説明			

→ (5) 骨密度測定の方法は何ですか。対象ごとに該当する項目に○をつけて下さい。
対象が「その他」の場合は、その内容を記入して下さい。該当しない箇所は斜線を引いて下さい。

骨密度測定方法	記入例	対 象			
		閉経前の成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 超音波 (QUS)					
① 超音波 (QUS)					
② 一重X線吸収法 (SXA)					
③ 前腕の二重X線吸収法 (DXA)					
④ 腰椎または大腿骨近位部の二重X線吸収法 (DXA)					
⑤ 中手骨のX線写真吸収法 (MD、CXD、DIP)					
⑥ その他					

→ (6) 骨粗鬆症検診事業として、以下の項目を実施しましたか。

① 受診者の骨粗鬆症リスク要因 (運動状況・カルシウム摂取等) を把握した	1	はい	2	いいえ
② 正常骨量者に個別指導を行った	1	はい	2	いいえ
③ 正常骨量者に集団指導を行った	1	はい	2	いいえ
④ 低骨量者に個別指導を行った	1	はい	2	いいえ
⑤ 低骨量者に集団指導を行った	1	はい	2	いいえ
⑥ 要精検者・要治療者に受診勧奨を行った	1	はい	2	いいえ
⑦ 検診結果 (正常・要指導・要精検・要医療) の割合を集計した	1	はい	2	いいえ
⑧ 検診結果を広報紙やホームページで公表した	1	はい	2	いいえ
⑨ 未受診者に受診勧奨を行った	1	はい	2	いいえ
⑩ その他に実施したこと				

(7) 骨粗鬆症検診の事業評価について、項目毎に○印をつけて下さい。

① 対象者の選定が妥当であったかどうかをスタッフで話し合った	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
② 問診票の内容が妥当であったかどうかをスタッフで話し合った	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
③ 検診に必要な設備機器の確保が十分であったかをスタッフで話し合った	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
④ 検診プログラムの問題点や課題などを抽出した	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
⑤ 検診結果を翌年度の骨粗鬆症予防事業の目標設定・事業計画に反映させた	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
⑥ 検診結果をまとめ、市町村の行政施策として予算を増額した	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
⑦ その他に実施したこと	()

(8) 骨粗鬆症検診のアウトカム評価について、項目毎に○印をつけて下さい。

① 検診の受診率を算出した	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
② 受診者に検診の満足度を問う調査を行った	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
③ 要精検者・要治療者の医療機関への受診状況を調べた	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
④ 継続受診者の骨粗鬆症リスク要因（運動状況・カルシウム摂取等）の変化を出した	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
⑤ 継続受診者の骨密度の変化を算出した	<input type="checkbox"/> 1 はい <input type="checkbox"/> 2 いいえ
⑥ その他に実施したこと	()

Ⅲ. 骨粗鬆症予防のための健康教育についてお伺いします。

1. 平成17年度に骨粗鬆症予防教室（健康教育）を実施しましたか。

検診時の健康教育および出前講座（出張して行った教育）など全てについてお書き下さい。

1 はい 2 いいえ

「いいえ」の場合は、6ページの「Ⅳ. 骨折・骨粗鬆症予防対策の実施内容」にお進み下さい。

(1) 健康教育の企画を担当したのは誰ですか。該当するもの全てに○印をつけて下さい。

<input type="checkbox"/> 1 保健師	<input type="checkbox"/> 2 看護師	<input type="checkbox"/> 3 管理栄養士	<input type="checkbox"/> 4 栄養士	<input type="checkbox"/> 5 医師
<input type="checkbox"/> 6 理学療法士	<input type="checkbox"/> 7 作業療法士	<input type="checkbox"/> 8 事務職	<input type="checkbox"/> 9 その他 ()	

(2) 健康教育の企画にあたって資料を参考にしましたか。

1 はい 2 いいえ

(2)-1. どのような資料を参考にしましたか。

参考にした資料について、該当するもの全てに○印をつけて下さい。

<input type="checkbox"/> 1 厚生労働省の基準による指導マニュアル	<input type="checkbox"/> 2 各都道府県で作成した指導マニュアル
<input type="checkbox"/> 3 各市町村で実施した調査結果	<input type="checkbox"/> 4 老人保健法による骨粗鬆症予防マニュアル
<input type="checkbox"/> 5 骨粗鬆症による寝たきり防止マニュアル	<input type="checkbox"/> 6 健康教育ガイドライン
<input type="checkbox"/> 7 若い女性における骨粗鬆症予防のための健診・指導マニュアル	<input type="checkbox"/> 8 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
<input type="checkbox"/> 9 その他 ()	

▶(2)-2. 資料をどの程度参考にして企画しましたか。

1	ほぼ資料通りに企画した	2	資料の一部を変更して企画した
3	資料の大部分を変更して企画した	4	結局、ほとんど自力で企画した
5	その他 ()		

▶(3)-1. 健康教育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	骨粗鬆症検診の対象者	2	骨粗鬆症検診の受診者
3	骨粗鬆症検診の低骨量者(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)-2. 平成17年度の骨粗鬆症予防健康教育の受講者数をご記入下さい。

() 人

▶(4) 健康教育を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 ()		

▶(5) 骨粗鬆症予防教室(健康教育)の事業評価について、項目毎に○印をつけて下さい。

①	受講者の選定が妥当であったかをスタッフで話し合った	1	はい	2	いいえ
②	健康教育内容が妥当であったかどうかをスタッフで話し合った	1	はい	2	いいえ
③	受講者が健康教育内容を理解できたかどうかを調べるアンケートを行った	1	はい	2	いいえ
④	教育プログラムの問題点や課題などを抽出した	1	はい	2	いいえ
⑤	教育結果(受講者の生活改善)を翌年度の健康教育事業の目標設定・事業計画に反映させた	1	はい	2	いいえ
⑥	教育結果(受講者の生活改善)をまとめ、市町村の行政施策として予算を増額した	1	はい	2	いいえ
⑦	その他に実施したこと ()				

▶(6) 骨粗鬆症予防教室(健康教育)のアウトカム評価について、項目毎に○印をつけて下さい。

①	教室の受講率を算出した	1	はい	2	いいえ
②	予防教室前後での、受講者の食習慣の変化を問う調査を行った	1	はい	2	いいえ
③	予防教室前後での、受講者の運動習慣の変化を問う調査を行った	1	はい	2	いいえ
④	予防教室前後での、受講者の満足度の変化を問う調査を行った	1	はい	2	いいえ
⑤	継続受講者の骨粗鬆症リスク要因(運動状況・カルシウム摂取等)の変化を出した	1	はい	2	いいえ
⑥	継続受講者の骨密度の変化を出した	1	はい	2	いいえ
⑦	その他に実施したこと ()				

後半の質問は、食品や栄養素摂取、運動、体重管理についてお聞きします。
あと、5枚です。

IV. 骨折・骨粗鬆症予防対策の実施内容についてお伺いします。

対象別に、骨粗鬆症予防対策の実施内容についてお伺いします。それぞれの回答欄に例が太字で示してあります。それぞれの表に○印又は内容を記入頂き、該当しない場合は斜線で消して下さい。項目が多くて大変ですが、記入漏れがないよう、よろしくお願いします。

1. 骨粗鬆症予防のため、食品の摂取について指導をしていますか。

1 はい 2 いいえ

対象毎に実施している項目に、○印と1日の摂取量を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

食品 記入例	対 象			
	閉経前の成人女性	閉経後～ 65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 牛乳・乳製品の摂取 (1日の摂取量も記入)			(ml)	(ml)
① 牛乳・乳製品の摂取 (1日の摂取量も記入)	(ml)	(ml)	(ml)	(ml)
② 大豆製品の摂取				
③ その他 ()				

2. 骨粗鬆症予防のため、栄養素の摂取について指導をしていますか。

1 はい 2 いいえ

対象毎に実施している項目に、○印と1日の摂取量を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

栄養素 記入例	対 象			
	閉経前の成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① カルシウム			(mg)	(mg)
① カルシウム	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
② カルシウム サプリメント	(g)	(g)	(g)	(g)
③ ビタミンD	(IU)	(IU)	(IU)	(IU)
④ ビタミンK	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)
⑤ ビタミンC	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
⑥ ビタミンA	(IU)	(IU)	(IU)	(IU)
⑦ マグネシウム	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
⑧ イソフラボン	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
⑨ その他 ()				

3. 骨粗鬆症予防のため、運動の指導をしていますか。

1	はい	2	いいえ
---	----	---	-----



対象毎に実施している項目に、○印と内容を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

運動	記入例	対 象			
		閉経前の成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 早足で歩く ウォーキング					
① 早足で歩く ウォーキング					
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 ダンベル体操等 日常生活の活発化					
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					
⑦ その他 〔 〕					

4. 骨粗鬆症予防のため、日光浴の指導をしていますか。

1	はい	2	いいえ
---	----	---	-----



対象毎に実施している項目に、○印と内容を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

日光浴	記入例	対 象			
		閉経前の成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 毎日30分の日光浴をす ずめる					
① 毎日30分の日光浴をす ずめる					
② 日常的な外出で十分と 指導					
③ 日光浴はすすめないと 指導					
④ その他 〔 〕					

5. 骨粗鬆症予防のため、体重管理の指導をしていますか。

1	はい	2	いいえ
---	----	---	-----

対象毎に実施している項目に、○印と内容を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

体重管理 記入例	対 象			
	閉経前の成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 肥満に対する指導				
① 肥満に対する指導				
② 適正体重の維持				
③ やせに対する指導				
④ その他 ()				

6. 骨粗鬆症予防のため、嗜好品の指導をしていますか。

1	はい	2	いいえ
---	----	---	-----

対象毎に実施している項目に○印と内容(もしくは1日摂取量)を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

嗜好品 記入例	対 象			
	閉経前の成人女性	閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 喫煙を始めない				
④ 節酒する				
① 喫煙を始めない				
② 喫煙者は禁煙する				
③ 大量飲酒をしない				
④ 節酒する				
⑤ 禁酒する				
⑥ コーヒーを控える				
⑦ 炭酸飲料を控える				
⑧ その他 ()				

7. 骨折予防のため、転倒予防に関する指導をしていますか。

1	はい	2	いいえ
---	----	---	-----

対象毎に実施している項目に、○印と内容を記入下さい。該当しない項目は斜線で消して下さい。

転倒予防	記入例	対象		
		閉経後～65歳未満女性	65歳以上の女性	その他
① 転倒既往がある高齢者への指導・助言				
① 転倒既往がある高齢者への指導・助言				
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				
③ 危険因子を検討した行動変容に関する指導・助言				
④ 居住環境を改善するための指導・助言				
⑤ その他 ()				

V. 骨折・骨粗鬆症予防対策にかかわる情報提供の方法についてお伺いします。

1. 骨折・骨粗鬆症予防対策に関して提供してほしい情報全てに○印をつけて下さい。

1 骨粗鬆症検診に関する情報	
① 最新の重要医学文献のリスト	② 最新の重要医学文献の抄録集
③ 最新の重要医学文献のまとめと解説	④ 最新の重要医学文献のエビデンスの強さの格付け
⑤ 最新文献から得られた有効な予防策のまとめ	⑥ エビデンスに基づいた予防策の推奨のレベル
⑦ エビデンスに基づく予防策の具体例	⑧ 個々の市町村が実施している対策に対するアドバイス
⑨ その他 []	

2 骨粗鬆症予防教室に関する情報	
① 最新の重要医学文献のリスト	② 最新の重要医学文献の抄録集
③ 最新の重要医学文献のまとめと解説	④ 最新の重要医学文献のエビデンスの強さの格付け
⑤ 最新文献から得られた有効な予防策のまとめ	⑥ エビデンスに基づいた予防策の推奨のレベル
⑦ エビデンスに基づく予防策の具体例	⑧ 個々の市町村が実施している対策に対するアドバイス
⑨ その他 []	

2. 骨折・骨粗鬆症予防に関する情報を、どのような方法で提供してほしいですか。該当するもの全てに○をつけて下さい。

1	雑誌に定期掲載してほしい	2	eメールにより定期的に提供してほしい
3	eメールで相談にのってほしい	4	電話で相談にのってほしい
5	ガイドラインとして出版してほしい	6	説明会を開催してほしい
7	ホームページで公開してほしい	8	ニュースを送ってほしい
9	現地に来て指導してほしい	10	その他 ()

3. 骨折・骨粗鬆症予防に関する情報を、どれくらいの頻度で提供してほしいですか。

1	月に1回	2	半年に1回	3	1年に1回
4	随時	5	その他 ()		

4. 近々、骨折・骨粗鬆症予防対策の内容を変更する予定がありますか。

1	変更する予定がある	2	変更する予定はない
---	-----------	---	-----------

5. 骨折・骨粗鬆症予防対策に関わる情報の伝え方について、ご意見・ご要望をご自由にお書き下さい。

6. 最後に、骨折・骨粗鬆症予防対策について、ご意見をご自由にお書き下さい。

 これで質問は終わりです。アンケートにご協力いただき
 本当にありがとうございました。

御中

平成 18 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 梶田 悦子（名古屋大学医学部地域看護学 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）
研究協力者 中谷 芳美（浜松医科大学地域看護学 講師）

「エビデンスに基づく骨折・骨粗鬆症予防ガイドラインの有効性評価」 に関する調査へのご協力のお願い

時下 ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

近年、エビデンスに基づく保健活動の実践が提唱されており、健康日本 21 計画の柱の 1 つに科学的根拠のある施策の実施が挙げられております。しかし、各地域において実施されている取り組みがエビデンスに基づいているかどうかは必ずしも明確でなく、骨折・骨粗鬆症予防事業についても同様の現状にあります。このような現状を改善するため、私共は最新のエビデンスを効果的に現場に伝えるための研究を行っております。

さて、先般、骨折・骨粗鬆症予防事業の全国実態調査「骨折・骨粗鬆症予防対策に関する調査」を 8 月にお送りさせていただいた際には、ご協力いただきまして誠にありがとうございました。

この度、本研究班では全国調査に引き続き、市町村の対策の現状について訪問調査を実施することとなりました。

つきましては、研究協力者 _____ がお伺いさせていただきますので、何卒ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

また、本調査に関するご質問等は、何なりと下記の事務局までお問い合わせ下さい。公務ご多忙所、大変恐縮ですが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

【問い合わせ事務局】

名古屋大学医学部地域看護学（梶田研究室）
〒461-8673 名古屋市東区大幸南 1-1-20
TEL：052-719-1569 FAX：052-719-1569

骨折・骨粗鬆症予防対策に関する事前調査票

調査年月日： 平成 18 年 月 日

調査者氏名：

インタビューの手順と方法

1. 郵送法による調査票の記入もれと再確認が必要な項目を聞き取りにて記載する。(赤色ボールペン使用)
※記入もれ・再確認する項目は、蛍光ペンで事前にマークしてあります。
2. 特に、エビデンス準拠度の評価に関連する項目(重点項目)は、郵送法による調査票と本調査票を使用し、聞き取りにて記載する。
 - 1) 選択肢がある質問：あてはまる番号1つに○をつけて下さい。
 - 2) (), ワク内：数値や文字を記入して下さい。
3. 調査終了後、郵送法による調査票とあわせて、提出ください。

ID番号			
(電話番号)	Tel ()
県・市区町村名	県	市・区・町・村	
所属機関の部課名	保健所・センター 部	課	
担当者名(了解を得て記入)			

(調査票P3) II. 骨粗鬆症検診

1. 平成17年度に骨粗鬆症検診

(5) 骨密度測定の方法と対象

③前腕の二重X線吸収法(DXA)、④腰椎または大腿骨近位部の二重X線吸収法(DXA)による測定の有無とその対象

対 象	1. DXAで測定	2. DXA以外で測定	3. 検診対象ではない
①65歳以上の女性	1	2	3
②65歳未満でリスクのある閉経女性	1	2	3
③75歳以上の男性	1	2	3
④75歳未満でリスクのある中高年男性	1	2	3

※「リスクのある」とは「肥満・やせ、低栄養素摂取者、運動習慣なし者、喫煙、飲酒、コーヒー多量摂取者、炭酸飲料多量摂取者、転倒既往者、50歳以上での低外力による骨折既往者(転倒による骨折既往者)など」をいう。

(調査票P6～) IV. 骨折・骨粗鬆症予防対策の実施内容

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. 摂取を勧奨 3. 毎日コップ3杯以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 最低、毎日コップ1杯	1. 指導していない 2. 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. 摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 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 ※総量で1.5gを越えないようにする	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 食事から800mg/日以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 食事から800mg/日以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 食事から800mg/日以上
②カルシウム サプリメント ※食事からの摂取が不十分な場合	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、1g以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、1g以上	1. 指導していない 2. 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. 摂取を勧奨 3. 毎日、10 μ g以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、10 μ g以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 十分なカルシウムに加え、毎日、20 μ g以上
④ビタミンK	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、300 μ g以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、300 μ g以上	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、250 μ g以上
⑤ビタミンC	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 毎日、100mg以上	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	1. 指導していない 2. 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. 食事からの摂取を勧奨 3. 1500 μ gRE/日以下	1. 指導していない 2. 食事からの摂取を勧奨 3. 毎日540 μ gRE以上～ 1500 μ gRE以下	1. 指導していない 2. 食事からの摂取を勧奨 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. 摂取を勧奨 3. 300mg/日の摂取を指導	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 100～300mg/日の摂取を指導	1. 指導していない 2. 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. 摂取を勧奨 3. 継続した摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 摂取を勧奨 3. 習慣的な摂取を勧奨	1. 指導していない 2. 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 (500 g 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 (350 g) で 230 mg 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 100 g 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 50 g (1 パック)、ほうれん草 100 g (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 (310 g)、じゃがいも M 2 個 (285 g)</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) 350 g 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 80 g (中くらいのにんじん)、ほうれん草 170 g (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 170 g (一束) で 70 mg+バナナ 1 本で 30 mg=100 mg</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、270~290 mg</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、指導内容をそのまま記載してください。

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. 勧奨 3. 30分/週3回程度	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 30分/週3回程度	1. 指導していない 2. 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. 勧奨 3. 運動の習慣化を指導	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 運動の習慣化を指導	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 安全に継続できる運動を 指導
③ストレッチング等 衝撃の弱い運動	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 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. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 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. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 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. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 15分/週3回以上	1. 指導していない 2. 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記載してください。

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

対象 日光浴	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. 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. 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. 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. 外出で十分と指導	1. 指導していない 2. 外出を勧奨 3. 外出で十分と指導	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

対象 体重管理	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. 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. 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. 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. 適正体重の維持を指導	1. 指導していない 2. 適正体重の維持を勧奨 3. 適正体重の維持を指導	1. 指導していない 2. 適正体重の維持を勧奨 3. 適正体重の維持を指導
③やせに対する指導	1. 指導していない 2. 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. 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. 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

対象 嗜好品	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. 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. 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. 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. 飲み過ぎないように指導 3. 1日2杯程度と指導	1. 指導していない 2. 飲み過ぎないように指導 3. 1日2杯程度と指導	1. 指導していない 2. 飲み過ぎないように指導 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 3. 過剰の摂取は避けるよう指導	1. 指導していない 2. 控えるよう勧奨 3. 過剰の摂取は避けるよう指導	1. 指導していない 2. 控えるよう勧奨 3. 過剰の摂取は避けるよう指導
-----------	--	--	--

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. 勧奨 3. 指導している	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 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. 勧奨 3. 週3回以上の運動を指導	1. 指導していない 2. 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. 勧奨 3. 指導している	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 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. 勧奨 3. 指導している	1. 指導していない 2. 勧奨 3. 指導している

(調査票P10～ 自由記載欄の補充)

○来年度、骨折・骨粗鬆症予防対策（骨粗鬆症検診・保健指導）を変更するにあたり、検討課題や問題となっている事項（企画担当者としての悩み）があればお聞かせください。