

表4-3 年代別体重の減少量および減少率(動機付け支援)

	年代	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	p
体重減少p2p1	-39	2	3.35	0.35	0.25	0.179
	40-49	24	1.22	1.45	0.30	
	50-59	14	-0.11	6.23	1.66	
	60-69	66	0.79	1.59	0.20	
	70-	45	0.38	1.32	0.20	
	合計	151	0.69	2.35	0.19	
体重減少p4p3	-39	3	0.07	0.93	0.54	0.701
	40-49	127	-0.56	2.06	0.18	
	50-59	106	-0.51	2.80	0.27	
	60-69	233	-0.75	1.53	0.10	
	70-	136	-0.51	1.73	0.15	
	合計	605	-0.61	1.96	0.08	
体重減少p4p1	-39	5	-2.68	3.44	1.54	0.224
	40-49	173	-1.85	3.49	0.27	
	50-59	144	-1.28	2.39	0.20	
	60-69	354	-1.36	2.53	0.13	
	70-	209	-1.57	2.48	0.17	
	合計	885	-1.50	2.72	0.09	
体重減少率p2p1	-39	2	0.04	0.00	0.00	0.229
	40-49	24	0.02	0.02	0.00	
	50-59	14	0.00	0.07	0.02	
	60-69	66	0.01	0.03	0.00	
	70-	45	0.01	0.02	0.00	
	合計	151	0.01	0.03	0.00	
体重減少率p3p2	-39	0	-	-	-	0.633
	40-49	2	-0.01	0.02	0.02	
	50-59	3	-0.01	0.04	0.02	
	60-69	53	-0.03	0.04	0.01	
	70-	34	-0.02	0.02	0.00	
	合計	92	-0.02	0.03	0.00	
体重減少率p4p3	-39	3	0.00	0.01	0.01	0.414
	40-49	127	-0.01	0.03	0.00	
	50-59	106	-0.01	0.04	0.00	
	60-69	233	-0.01	0.02	0.00	
	70-	136	-0.01	0.03	0.00	
	合計	605	-0.01	0.03	0.00	
体重減少率p4p1	-39	5	-0.03	0.04	0.02	0.517
	40-49	173	-0.02	0.04	0.00	
	50-59	144	-0.02	0.03	0.00	
	60-69	354	-0.02	0.04	0.00	
	70-	209	-0.02	0.04	0.00	
	合計	885	-0.02	0.04	0.00	

ポイント数の分布

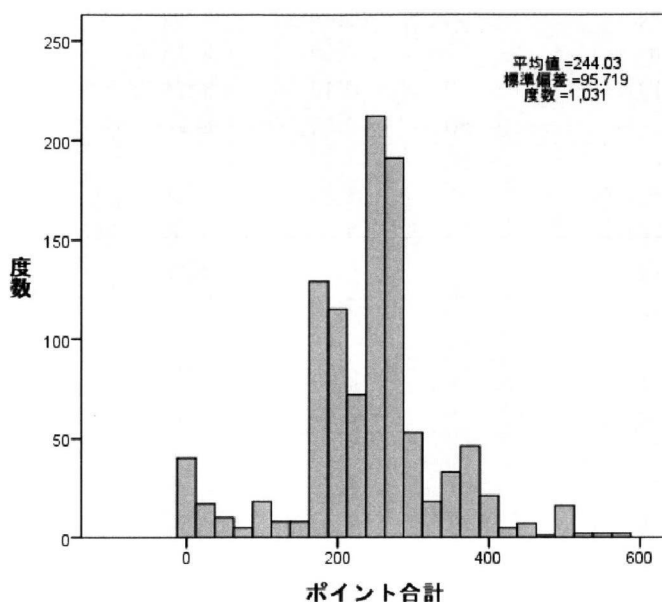


表4-1 ポイント数の概要

	度数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
ポイント合計	1031	0	580	244.03	95.719

表4-2 ポイント数と体重減少率の相関

	体重減少率 p3p2	体重減少率 p4p3	体重減少率 p4p1
ポイント数	-.025	.076	-.008
有意確率 (両側)	.691	.053	.821
N	257	648	734

p1: 2008年健診時
p2: 保健指導開始時
p3: 保健指導終了時
p4: 2009年体重

表5-1 行動変容ステージと体重減少量・率(保健指導非実施群)

		度数	平均値	標準偏差	標準誤差	p
体重減少p4p1 (kg)	無関心	823	1.255	5.518	0.192	0.707
	関心期	1400	1.280	6.047	0.162	
	準備期	853	1.193	5.880	0.201	
	実行期	350	1.292	5.487	0.293	
	維持期	470	1.497	6.263	0.289	
	合計	3896	1.283	5.878	0.094	
体重減少率p4p1	無関心	823	0.026	0.112	0.004	0.786
	関心期	1400	0.027	0.120	0.003	
	準備期	853	0.025	0.111	0.004	
	実行期	350	0.025	0.099	0.005	
	維持期	470	0.032	0.128	0.006	
	合計	3896	0.027	0.116	0.002	

表5-2 保健指導ステージと体重減少量・減少率(積極的支援)

	ステージ	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	p
体重減少p2p1	無関心	30	-0.11	2.44	0.45	0.855
	関心期	60	0.04	1.59	0.21	
	準備期	38	0.44	1.84	0.30	
	実行期		-0.04	2.91	0.69	
	維持期	20	0.10	3.07	0.69	
	合計	166	0.11	2.17	0.17	
体重減少p3p1 (kg)	無関心	102	-1.18	3.20	0.32	0.414
	関心期	283	-1.64	3.43	0.20	
	準備期	164	-1.62	3.78	0.29	
	実行期	71	-0.87	3.75	0.45	
	維持期	58	-1.19	3.96	0.52	
	合計	678	-1.44	3.57	0.14	
体重減少p4p1 (kg)	無関心	102	-2.01	3.70	0.37	0.184
	関心期	265	-2.43	3.53	0.22	
	準備期	162	-1.91	3.20	0.25	
	実行期	67	-1.76	3.21	0.39	
	維持期	57	-1.33	4.16	0.55	
	合計	653	-2.07	3.52	0.14	
体重減少率p2p1	無関心	30	0.00	0.04	0.01	0.859
	関心期	60	0.00	0.02	0.00	
	準備期	38	0.01	0.02	0.00	
	実行期	18	0.00	0.04	0.01	
	維持期	20	0.00	0.04	0.01	
	合計	166	0.00	0.03	0.00	
体重減少率p3p1	無関心	102	-0.02	0.04	0.00	0.381
	関心期	283	-0.02	0.04	0.00	
	準備期	164	-0.02	0.05	0.00	
	実行期	71	-0.01	0.05	0.01	
	維持期	58	-0.02	0.05	0.01	
	合計	678	-0.02	0.05	0.00	
体重減少率p4p1	無関心	102	-0.03	0.05	0.00	0.189
	関心期	265	-0.03	0.04	0.00	
	準備期	162	-0.03	0.04	0.00	
	実行期	67	-0.02	0.04	0.00	
	維持期	57	-0.02	0.05	0.01	
	合計	653	-0.03	0.05	0.00	

表5-3 保健指導ステージと体重減少量・減少率(動機付け支援)

	ステージ	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	p
体重減少p2p1 (kg)	無関心	34	1.14	1.70	0.29	0.763
	関心期	65	0.66	3.06	0.38	
	準備期	18	0.30	1.38	0.32	
	実行期		0.53	1.83	0.46	
	維持期	22	0.62	1.49	0.32	
	合計	155	0.71	2.33	0.19	
体重減少p3p1 (kg)	無関心	148	-0.53	2.96	0.24	0.224
	関心期	250	-1.14	3.67	0.23	
	準備期	160	-1.03	2.63	0.21	
	実行期	66	-1.51	3.06	0.38	
	維持期	130	-0.87	2.87	0.25	
	合計	754	-0.98	3.15	0.11	
体重減少p4p1 (kg)	無関心	188	-1.18	2.39	0.17	0.036
	関心期	257	-1.43	2.49	0.16	
	準備期	171	-1.54	2.87	0.22	
	実行期	92	-2.28	3.52	0.37	
	維持期	134	-1.48	2.84	0.25	
	合計	842	-1.50	2.74	0.09	
体重減少率p2p1	無関心	34	0.02	0.03	0.00	0.584
	関心期	65	0.01	0.04	0.00	
	準備期	18	0.00	0.02	0.01	
	実行期	16	0.01	0.02	0.01	
	維持期	22	0.01	0.02	0.01	
	合計	155	0.01	0.03	0.00	
体重減少率p3p1	無関心	148	-0.01	0.05	0.00	0.286
	関心期	250	-0.02	0.05	0.00	
	準備期	160	-0.02	0.04	0.00	
	実行期	66	-0.02	0.04	0.01	
	維持期	130	-0.01	0.04	0.00	
	合計	754	-0.01	0.05	0.00	
体重減少率p4p1	無関心	188	-0.02	0.04	0.00	0.124
	関心期	257	-0.02	0.04	0.00	
	準備期	171	-0.02	0.04	0.00	
	実行期	92	-0.03	0.05	0.00	
	維持期	134	-0.02	0.04	0.00	
	合計	842	-0.02	0.04	0.00	

表5-4 保健指導ステージと体重減少量・減少率(動機付け支援+積極的支援)

	ステージ	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	p
体重減少p2p1 (kg)	無関心	64	0.55	2.16	0.27	0.768
	関心期	125	0.37	2.48	0.22	
	準備期	56	0.40	1.69	0.23	
	実行期		0.23	2.45	0.42	
	維持期	42	0.38	2.36	0.36	
	合計	321	0.40	2.26	0.13	
体重減少p3p1 (kg)	無関心	251	-0.79	3.06	0.19	0.134
	関心期	535	-1.40	3.55	0.15	
	準備期	324	-1.33	3.27	0.18	
	実行期	137	-1.18	3.44	0.29	
	維持期	192	-0.95	3.20	0.23	
	合計	1439	-1.20	3.35	0.09	
体重減少p4p1 (kg)	無関心	294	-1.47	2.93	0.17	0.106
	関心期	523	-1.93	3.11	0.14	
	準備期	333	-1.72	3.03	0.17	
	実行期	160	-2.05	3.38	0.27	
	維持期	193	-1.44	3.26	0.23	
	合計	1503	-1.74	3.11	0.08	
体重減少率p2p1	無関心	64	0.01	0.03	0.00	0.932
	関心期	125	0.01	0.03	0.00	
	準備期	56	0.00	0.02	0.00	
	実行期	34	0.00	0.03	0.01	
	維持期	42	0.01	0.03	0.00	
	合計	321	0.01	0.03	0.00	
体重減少率p3p1	無関心	251	-0.01	0.05	0.00	0.173
	関心期	535	-0.02	0.05	0.00	
	準備期	324	-0.02	0.05	0.00	
	実行期	137	-0.02	0.05	0.00	
	維持期	192	-0.01	0.04	0.00	
	合計	1439	-0.02	0.05	0.00	
体重減少率p4p1	無関心	294	-0.02	0.04	0.00	0.280
	関心期	523	-0.03	0.04	0.00	
	準備期	333	-0.02	0.04	0.00	
	実行期	160	-0.03	0.04	0.00	
	維持期	193	-0.02	0.04	0.00	
	合計	1503	-0.02	0.04	0.00	

表6 行動変容ステージと保健指導のポイント数(積極的支援)

	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	p
無関心	113	255.1	100.1	9.4	0.465
関心期	325	245.3	87.8	4.9	
準備期	182	245.6	89.1	6.6	
実行期	75	255.7	86.8	10.0	
維持期	65	265.2	102.5	12.7	
合計	760	249.6	91.2	3.3	

表6-2 ポイント数の段階と体重減少量 (kg) と体重減少率 (%) /90ポイント段階 (積極的支援)

	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値の 95% 信頼区間		最小値	最大値	p	
					下限	上限				
体重減少 p2p1	0-79	16	2.9750	5.18967	1.29742	.2096	5.7404	-1.40	19.00	.000
	80-159	38	1.2079	2.22958	.36169	.4751	1.9407	-7.20	6.60	
	160-239	155	.1600	2.73417	.21961	-.2738	.5938	-13.60	15.30	
	240-359	73	-.5589	1.98759	.23263	-1.0226	-.0952	-10.80	2.70	
	360-449	7	1.2143	3.82685	1.44641	-2.3250	4.7535	-2.30	9.30	
	450-	6	-.1667	1.11116	.45363	-1.3328	.9994	-1.60	1.60	
合計	295	.2881	2.81364	.16382	-.0343	.6105	-13.60	19.00		
体重減少 p3p2	0-79	4	-3.2000	2.47117	1.23558	-7.1322	.7322	-6.60	-.80	.111
	80-159	31	-1.3452	2.07860	.37333	-2.1076	-.5827	-6.10	2.60	
	160-239	148	-1.9122	3.20004	.26304	-2.4320	-1.3923	-14.80	5.60	
	240-359	63	-1.1016	2.73074	.34404	-1.7893	-.4139	-8.10	4.20	
	360-449	5	.8600	2.23674	1.00030	-1.9173	3.6373	-1.70	3.50	
	450-	6	-2.5000	1.21820	.49733	-3.7784	-1.2216	-4.30	-1.20	
合計	257	-1.6249	2.94500	.18370	-1.9867	-1.2631	-14.80	5.60		
体重減少 p4p3	0-79	3	.7000	2.25167	1.30000	-4.8934	6.2934	-1.90	2.00	.066
	80-159	33	-1.8667	1.50534	.26205	-2.4004	-1.3329	-6.30	.70	
	160-239	348	-.8629	2.36734	.12690	-1.1125	-.6133	-24.90	6.90	
	240-359	202	-.7396	2.07794	.14620	-1.0279	-.4513	-18.20	7.00	
	360-449	57	-.5877	1.71309	.22690	-1.0423	-.1332	-3.50	4.40	
	450-	5	-.2000	1.55724	.69642	-2.1336	1.7336	-2.80	1.30	
合計	648	-.8390	2.19563	.08625	-1.0084	-.6697	-24.90	7.00		
体重減少 p4p1	0-79	55	-1.3600	3.05066	.41135	-2.1847	-.5353	-10.80	4.20	.055
	80-159	50	-1.5100	2.53283	.35820	-2.2298	-.7902	-8.30	5.50	
	160-239	359	-2.5267	3.98206	.21017	-2.9401	-2.1134	-23.40	6.50	
	240-359	207	-1.8874	3.22668	.22427	-2.3296	-1.4453	-19.20	6.00	
	360-449	58	-1.6155	2.74819	.36086	-2.3381	-.8929	-8.10	11.60	
	450-	5	-1.9200	2.17417	.97232	-4.6196	.7796	-4.40	1.00	
合計	734	-2.1136	3.54732	.13093	-2.3707	-1.8566	-23.40	11.60		
体重減少率 p2p1	0-79	16	.0415	.07766	.01941	.0001	.0829	-.02	.29	.000
	80-159	38	.0164	.02873	.00466	.0069	.0258	-.08	.09	
	160-239	155	.0022	.03391	.00272	-.0032	.0075	-.16	.19	
	240-359	73	-.0079	.02736	.00320	-.0143	-.0015	-.15	.04	
	360-449	7	.0126	.04431	.01675	-.0283	.0536	-.03	.10	
	450-	6	-.0024	.01821	.00743	-.0215	.0167	-.03	.03	
合計	295	.0038	.03713	.00216	-.0005	.0081	-.16	.29		
体重減少率 p3p2	0-79	4	-.0430	.03175	.01588	-.0935	.0076	-.09	-.01	.096
	80-159	31	-.0172	.02802	.00503	-.0275	-.0069	-.08	.04	
	160-239	148	-.0243	.03998	.00329	-.0308	-.0178	-.19	.08	
	240-359	63	-.0149	.03838	.00483	-.0246	-.0052	-.11	.06	
	360-449	5	.0100	.02870	.01284	-.0257	.0456	-.02	.04	
	450-	6	-.0411	.01843	.00752	-.0604	-.0218	-.07	-.02	
合計	257	-.0211	.03809	.00238	-.0258	-.0165	-.19	.08		
体重減少率 p4p3	0-79	3	.0074	.03218	.01858	-.0725	.0874	-.03	.03	.068
	80-159	33	-.0245	.01945	.00339	-.0314	-.0177	-.08	.01	
	160-239	348	-.0112	.02917	.00156	-.0143	-.0081	-.28	.10	
	240-359	202	-.0096	.02795	.00197	-.0135	-.0057	-.24	.10	
	360-449	57	-.0086	.02548	.00337	-.0154	-.0018	-.06	.07	
	450-	5	-.0031	.02652	.01186	-.0360	.0299	-.05	.02	
合計	648	-.0110	.02818	.00111	-.0132	-.0088	-.28	.10		
体重減少率 p4p1	0-79	55	-.0173	.03933	.00530	-.0279	-.0066	-.15	.06	.103
	80-159	50	-.0198	.03395	.00480	-.0295	-.0102	-.11	.08	
	160-239	359	-.0323	.04934	.00260	-.0374	-.0272	-.27	.10	
	240-359	207	-.0254	.04316	.00300	-.0313	-.0194	-.25	.09	
	360-449	58	-.0240	.03625	.00476	-.0336	-.0145	-.10	.13	
	450-	5	-.0295	.03419	.01529	-.0719	.0130	-.07	.02	
合計	734	-.0277	.04514	.00167	-.0310	-.0244	-.27	.13		

表6-3 ポイント数の段階と体重減少量 (kg) と体重減少率 (%) /50ポイント段階 (積層的支援)

	度数	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値の 95% 信頼区間		最小値	最大値	p	
					下限	上限				
体重減少 p2p1	0-49	13	3.4692	5.64216	1.56485	.0597	6.8788	-1.40	19.00	.000
	50-99	7	1.4143	1.14663	.43339	.3538	2.4747	-1.00	2.70	
	100-149	6	1.7667	2.94867	1.20379	-1.3278	4.8611	-2.70	5.70	
	150-199	113	.3363	2.01042	.18912	-.0384	.7110	-7.20	6.60	
	200-249	58	.4569	3.33720	.43820	-.4206	1.3344	-12.30	15.30	
	250-299	75	-.6400	2.46209	.28430	-1.2065	-.0735	-13.60	3.20	
	300-349	10	-.4600	1.85843	.58769	-1.7894	-.8694	-4.30	1.20	
	350-399	1	-.1000	-.10	-.10	
	400-449	6	1.4333	4.14375	1.69168	-2.9153	5.7819	-2.30	9.30	
	450-	6	-.1667	1.11116	.45363	-1.3328	.9994	-1.60	1.60	
	合計	295	.2881	2.81364	1.6382	-.0343	6.105	-13.60	19.00	
体重減少 p3p2	0-49	3	-3.5333	2.91433	1.68259	-10.7729	3.7063	-6.60	-8.80	.158
	50-99	3	-1.5000	1.85203	1.06927	-6.1007	3.1007	-2.90	.60	
	100-149	1	-4.4000	-4.40	-4.40	
	150-199	111	-1.4730	3.05748	.29020	-2.0481	-.8979	-14.80	5.60	
	200-249	53	-2.2755	3.03327	.41665	-3.1115	-1.4394	-9.00	3.10	
	250-299	65	-1.1815	2.78068	.34490	-1.8706	-.4925	-8.10	4.20	
	300-349	10	-2.6500	2.68752	.84987	-4.5725	-.7275	-5.80	.80	
	350-399	0	
	400-449	5	.8600	2.23674	1.00030	-1.9173	3.6373	-1.70	3.50	
	450-	6	-2.5000	1.21820	.49733	-3.7784	-1.2216	-4.30	-1.20	
	合計	257	-1.6249	2.94500	1.8370	-1.9867	-1.2631	-14.80	5.60	
体重減少 p4p3	0-49	3	-.7000	2.25167	1.30000	-4.8934	6.2934	-1.90	2.00	.501
	50-99	3	-.9667	1.00664	.58119	-3.4673	1.5340	-1.90	1.00	
	100-149	4	-.8250	.85000	.42500	-2.1775	.5275	-2.00	.00	
	150-199	96	-1.2260	1.55748	.15896	-1.5416	-.9105	-6.30	2.50	
	200-249	115	-.8974	2.40637	.22439	-1.3419	-.4529	-16.60	3.60	
	250-299	324	-.8380	2.40971	.13387	-1.1013	-.5746	-24.90	6.90	
	300-349	34	-.2382	1.89609	.32518	-.8998	.4233	-3.90	7.00	
	350-399	54	-.6204	1.63758	.22285	-1.0673	-.1734	-3.20	4.40	
	400-449	10	-.4600	1.75955	.55642	-1.7187	.7987	-3.50	2.00	
	450-	5	-.2000	1.55724	.69642	-2.1336	1.7336	-2.80	1.30	
	合計	648	-.8390	2.19563	.8625	-1.0084	-.6697	-24.90	7.00	
体重減少 p4p1	0-49	48	-1.4438	3.20610	.46276	-2.3747	-.5128	-10.80	4.20	.113
	50-99	16	-1.2063	1.99013	.49753	-2.2667	-.1458	-5.20	.80	
	100-149	10	-.5600	3.31636	1.04872	-2.9324	1.8124	-5.30	5.50	
	150-199	107	-2.3383	3.54666	.34287	-3.0181	-1.6585	-15.80	6.50	
	200-249	119	-2.9429	4.45359	.40826	-3.7513	-2.1344	-23.40	6.60	
	250-299	327	-2.0817	3.51356	.19430	-2.4639	-1.6994	-19.20	5.50	
	300-349	37	-1.6459	2.52890	.41575	-2.4891	-.8028	-8.70	2.30	
	350-399	55	-1.7836	2.04874	.27625	-2.3375	-1.2298	-6.60	3.00	
	400-449	10	-.7500	5.04188	1.59438	-4.3567	2.8567	-8.10	11.60	
	450-	5	-1.9200	2.17417	.97332	-4.6196	.7796	-4.40	1.00	
	合計	734	-2.1136	3.54732	1.3093	-2.3707	-1.8566	-23.40	11.60	
体重減少率 p2p1	0-49	13	.0489	.08449	.02343	-.0022	.0999	-.02	.29	.000
	50-99	7	.0182	.01708	.00646	.0024	.0340	-.02	.04	
	100-149	6	.0231	.03929	.01604	-.0181	.0643	-.04	.07	
	150-199	113	.0046	.02624	.00247	-.0002	.0095	-.08	.09	
	200-249	58	.0058	.04110	.00540	-.0050	.0166	-.14	.19	
	250-299	75	-.0087	.03137	.00362	-.0159	-.0014	-.16	.04	
	300-349	10	-.0065	.02711	.00857	-.0259	.0129	-.06	.02	
	350-399	1	-.001500	.00	
	400-449	6	.0150	.04806	.01962	-.0354	.0654	-.03	.10	
	450-	6	-.0024	.01821	.00743	-.0215	.0187	-.03	.03	
	合計	295	.0038	.03713	.00216	-.0005	.0081	-.16	.29	
体重減少率 p3p2	0-49	3	-.0450	.03857	.02227	-.1408	.0508	-.09	-.01	.127
	50-99	3	-.0235	.02711	.01565	-.0908	.0439	-.04	.01	
	100-149	1	-.0585	-.06	-.06	
	150-199	111	-.0185	.03787	.00360	-.0256	-.0113	-.19	.08	
	200-249	53	-.0290	.03841	.00528	-.0396	-.0184	-.12	.04	
	250-299	65	-.0159	.03883	.00482	-.0255	-.0063	-.11	.06	
	300-349	10	-.0352	.03645	.01153	-.0613	-.0092	-.08	.01	
	350-399	0	
	400-449	5	.0100	.02870	.01284	-.0257	.0456	-.02	.04	
	450-	6	-.0411	.01843	.00752	-.0604	-.0218	-.07	-.02	
	合計	257	-.0211	.03809	.00238	-.0258	-.0155	-.19	.08	
体重減少率 p4p3	0-49	3	.0074	.03218	.01858	-.0725	.0874	-.03	.03	.506
	50-99	3	-.0126	.01307	.00755	-.0451	.0199	-.02	.00	
	100-149	4	-.0118	.01233	.00616	-.0314	.0078	-.03	.00	
	150-199	96	-.0162	.02081	.00212	-.0205	-.0120	-.08	.04	
	200-249	115	-.0116	.02989	.00279	-.0171	-.0061	-.18	.04	
	250-299	324	-.0108	.03037	.00169	-.0141	-.0075	-.28	.10	
	300-349	34	-.0032	.02653	.00455	-.0125	.0060	-.05	.10	
	350-399	54	-.0093	.02502	.00340	-.0162	-.0025	-.06	.07	
	400-449	10	-.0051	.02146	.00679	-.0204	.0103	-.04	.02	
	450-	5	-.0031	.02652	.01186	-.0360	.0299	-.05	.02	
	合計	648	-.0110	.02818	.00111	-.0132	-.0088	-.28	.10	
体重減少率 p4p1	0-49	48	-.0184	.04136	.00597	-.0304	-.0064	-.15	.06	.167
	50-99	16	-.0151	.02454	.00613	-.0281	-.0020	-.06	.01	
	100-149	10	-.0088	.04676	.01479	-.0423	.0246	-.08	.08	
	150-199	107	-.0298	.04487	.00434	-.0385	-.0213	-.21	.10	
	200-249	119	-.0377	.05529	.00507	-.0477	-.0276	-.27	.07	
	250-299	327	-.0272	.04474	.00247	-.0320	-.0223	-.25	.09	
	300-349	37	-.0231	.03601	.00592	-.0351	-.0110	-.14	.03	
	350-399	55	-.0262	.03063	.00413	-.0345	-.0179	-.10	.04	
	400-449	10	-.0115	.05713	.01807	-.0523	.0294	-.08	.13	
	450-	5	-.0295	.03419	.01529	-.0719	.0130	-.07	.02	
	合計	734	-.0277	.04514	.00167	-.0310	-.0244	-.27	.13	

表7-1 行動変容ステージの変化(積極的支援+動機付け支援)

			2008年の行動変容ステージ					
			無関心	関心期	準備期	実行期	維持期	合計
2009年の行動変容ステージ	無関心	人数	897	234	111	46	123	1411
		%	56.6	11.6	9.5	8.9	14.0	22.9
	関心期	人数	323	1003	309	100	113	1848
		%	20.4	49.9	26.3	19.3	12.9	30.0
	準備期	人数	121	357	434	88	72	1072
		%	7.6	17.8	37.0	17.0	8.2	17.4
	実行期	人数	102	207	137	112	79	637
		%	6.4	10.3	11.7	21.6	9.0	10.3
	維持期	人数	143	210	183	173	491	1200
		%	9.0	10.4	15.6	33.3	55.9	19.5
	合計	人数	1586	2011	1174	519	878	6168
		%	100	100	100	100	100	100

 χ^2 test $p < 0.000$

表7-2 行動変容ステージの変化(積極的支援)

			2008年の行動変容ステージ					
			無関心	関心期	準備期	実行期	維持期	合計
2009年の行動変容ステージ	無関心	人数	21	14	4	3	4	46
		%	35.6	7.4	3.3	7.7	10.5	10.3
	関心期	人数	10	59	16	4	3	92
		%	16.9	31.4	13.0	10.3	7.9	20.6
	準備期	人数	7	38	33	5	4	87
		%	11.9	20.2	26.8	12.8	10.5	19.5
	実行期	人数	12	34	25	10	3	84
		%	20.3	18.1	20.3	25.6	7.9	18.8
	維持期	人数	9	43	45	17	24	138
		%	15.3	22.9	36.6	43.6	63.2	30.9
	合計	人数	59	188	123	39	38	447
		%	100	100	100	100	100	100

 χ^2 test $p < 0.000$

動機付け支援レベル

表7-3 行動変容ステージの変化(動機付け支援)

			2008年の行動変容ステージ					
			無関心	関心期	準備期	実行期	維持期	合計
2009年の行動変容ステージ	無関心	人数	32	14	4	6	7	63
		%	29.9	10.4	4.0	11.5	10.1	13.6
	関心期	人数	22	54	19	6	7	108
		%	20.6	40.3	19.0	11.5	10.1	23.4
	準備期	人数	9	19	33	2	5	68
		%	8.4	14.2	33.0	3.8	7.2	14.7
	実行期	人数	18	27	15	16	12	88
		%	16.8	20.1	15.0	30.8	17.4	19.0
	維持期	人数	26	20	29	22	38	135
		%	24.3	14.9	29.0	42.3	55.1	29.2
	合計	人数	107	134	100	52	69	462
		%	100	100	100	100	100	100

 χ^2 test $p < 0.000$

表8 生活習慣の改善状況／保健指導の受講の有無 χ^2 test

		保健指導実施			合計	p
運動習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3705	809	4514	0.000	
	%	89.6	85.2	88.8		
改善	人数	428	140	568		
	%	10.4	14.8	11.2		
合計	人数	4133	949	5082		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
身体活動の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3428	740	4168	0.109	
	%	88.8	86.9	88.5		
改善	人数	431	112	543		
	%	11.2	13.1	11.5		
合計	人数	3859	852	4711		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
早く歩く習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3458	725	4183	0.999	
	%	89.4	89.6	89.4		
改善	人数	411	84	495		
	%	10.6	10.4	10.6		
合計	人数	3869	809	4678		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
就寝前夕食の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	207	374	581	0.179	
	%	92	88.41607565	89.66049383		
改善	人数	18	49	67		
	%	8	11.58392435	10.33950617		
合計	人数	225	423	648		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
夕食後間食習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3510	755	4265	0.108	
	%	90.7	88.9	90.4		
改善	人数	359	94	453		
	%	9.3	11.1	9.6		
合計	人数	3869	849	4718		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
朝食抜き習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3658	800	4458	0.803	
	%	94.5	94.3	94.5		
改善	人数	211	48	259		
	%	5.5	5.7	5.5		
合計	人数	3869	848	4717		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
睡眠の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3365	649	4014	0.000	
	%	87.0	76.4	85.1		
改善	人数	502	201	703		
	%	13.0	23.6	14.9		
合計	人数	3867	850	4717		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
早く食べる習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3359	740	4099	0.571	
	%	89.4	90.1	89.5		
改善	人数	399	81	480		
	%	10.6	9.9	10.5		
合計	人数	3758	821	4579		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
喫煙習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3997	1016	5013	0.031	
	%	94.5	92.7	94.1		
改善	人数	234	80	314		
	%	5.5	7.3	5.9		
合計	人数	4231	1096	5327		
	%	100	100	100		

		保健指導実施			合計	p
飲酒習慣の変化		未実施保健指導	保健指導実施			
非改善	人数	3802	815	4617	0.157	
	%	91.4	89.9	91.1		
改善	人数	360	92	452		
	%	8.6	10.1	8.9		
合計	人数	4162	907	5069		
	%	100	100	100		

表9-1 行動変容と体重の変化(全体)

		N	平均値	標準偏差	平均値の標準誤差	p
運動習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	882	1.01	6.78	0.23	0.01
	非改善	5612	0.40	4.50	0.06	
体重減少率p4p1	改善	882	0.02	0.13	0.00	0.02
	非改善	5612	0.01	0.09	0.00	
身体活動の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	754	0.47	5.64	0.21	
	非改善	5370	0.50	4.81	0.07	0.868
体重減少率p4p1	改善	754	0.01	0.11	0.00	0.465
	非改善	5370	0.01	0.09	0.00	
歩く速度の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	498	2.75	9.07	0.41	
	非改善	4180	0.50	4.88	0.08	0
体重減少率p4p1	改善	498	0.06	0.18	0.01	
	非改善	4180	0.01	0.09	0.00	
就寝前の夕食習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	143	-1.02	3.20	0.27	0.14
	非改善	1932	-0.54	2.18	0.05	
体重減少率p4p1	改善	143	-0.01	0.04	0.00	0.57
	非改善	1932	-0.01	0.03	0.00	
夕食後の間食摂取の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	520	1.15	6.52	0.29	0.02
	非改善	5611	0.44	4.74	0.06	
体重減少率p4p1	改善	520	0.03	0.13	0.01	0.01
	非改善	5611	0.01	0.09	0.00	
朝食抜きの習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	285	1.26	6.46	0.38	0.08
	非改善	5845	0.46	4.84	0.06	
体重減少率p4p1	改善	285	0.03	0.13	0.01	0.02
	非改善	5845	0.01	0.09	0.00	
睡眠の状況の変化						
体重減少p4p1(kg)	1	810	0.72	5.37	0.19	0.148
	0	5319	0.46	4.83	0.07	
体重減少率p4p1	1	810	0.02	0.11	0.00	0.123
	0	5319	0.01	0.09	0.00	
食べる速さの変化						
体重減少p4p1(kg)	1	615	1.03	6.30	0.25	0.002
	0	5380	0.41	4.63	0.06	
体重減少率p4p1	1	615	0.03	0.12	0.01	0
	0	5380	0.01	0.09	0.00	
喫煙習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	1	347	5.04	10.26	0.55	0
	0	7166	0.13	4.15	0.05	
体重減少率p4p1	1	347	0.10	0.21	0.01	0
	0	7166	0.01	0.08	0.00	
飲酒習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	541	0.01	4.84	0.21	0.016
	0	5941	0.54	4.92	0.06	
体重減少率p4p1	改善	541	0.00	0.10	0.00	0.032
	0	5941	0.01	0.09	0.00	

表9-2 行動変容と体重変化(保健指導受講群)

		N	平均値	標準偏差	平均値の標準誤差	p
運動習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	140	-2.69	3.74	0.32	0
	非改善	808	-1.59	3.16	0.11	
体重減少率p4p1	改善	140	-0.04	0.05	0.00	0
	非改善	808	-0.02	0.04	0.00	
身体活動の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	112	-2.46	2.77	0.26	0.023
	非改善	739	-1.70	3.36	0.12	
体重減少率p4p1	改善	112	-0.03	0.04	0.00	0.033
	非改善	739	-0.02	0.04	0.00	
歩く速度の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	84	-2.25	3.88	0.42	
	非改善	724	-1.79	3.28	0.12	
体重減少率p4p1	改善	84	-0.03	0.05	0.01	
	非改善	724	-0.02	0.04	0.00	0.82
就寝前の夕食習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	49	-2.63	4.37	0.62	0.009
	非改善	374	-1.40	2.90	0.15	
体重減少率p4p1	改善	49	-0.04	0.06	0.01	0.017
	非改善	374	-0.02	0.04	0.00	
夕食後の間食摂取の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	94	-2.12	3.05	0.31	0.314
	非改善	754	-1.76	3.32	0.12	
体重減少率p4p1	改善	94	-0.03	0.04	0.00	0.125
	非改善	754	-0.02	0.04	0.00	
朝食抜きの習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	48	-1.63	3.01	0.43	0.714
	非改善	799	-1.81	3.31	0.12	
体重減少率p4p1	改善	48	-0.02	0.04	0.01	0.723
	非改善	799	-0.02	0.04	0.00	
睡眠の状況の変化						
体重減少p4p1(kg)	1	201	-1.15	2.55	0.18	0.008
	0	648	-2.00	3.47	0.14	
体重減少率p4p1	1	201	-0.02	0.04	0.00	0.002
	0	648	-0.03	0.05	0.00	
食べる速さの変化						
体重減少p4p1(kg)	1	81	-1.92	2.80	0.31	0.657
	0	740	-1.76	3.25	0.12	
体重減少率p4p1	1	81	-0.03	0.04	0.00	0.648
	0	740	-0.02	0.04	0.00	
喫煙習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	1	80	-1.01	2.74	0.31	0.031
	0	1015	-1.84	3.36	0.11	
体重減少率p4p1	1	80	-0.01	0.04	0.00	0.52
	0	1015	-0.02	0.04	0.00	
飲酒習慣の変化						
体重減少p4p1(kg)	改善	92	-1.61	3.48	0.36	0.845
	0	814	-1.67	3.06	0.11	
体重減少率p4p1	改善	92	-0.02	0.05	0.00	0.736
	0	814	-0.02	0.04	0.00	

表10 体重減少を従属変数とした重回帰分析

	非標準化		係数a	t	有意確率	Bの95%信頼区間	
	係数	標準誤差	標準化係数 β _i - _β			下限	上限
身体活動変	-0.932	0.406	-0.105	-2.295	0.022	-1.730	-0.134
保健指導実	-0.619	0.260	-0.114	-2.379	0.018	-1.131	-0.108
睡眠変化2	0.697	0.281	0.120	2.478	0.014	0.144	1.249
喫煙変化2	0.602	0.296	0.095	2.034	0.043	0.020	1.183

a. 従属変数: 体重減少p4p1

	R	R2 乗	調整済み R2 乗	推定値の 標準誤差
4	0.1954089	0.0381846	0.0301862	2.6401229

d. 予測値: (定数)、身体活動変化2段階, 保健指導実施, 睡眠変化2段階, 喫煙変化2段階

